

# ePOOKI

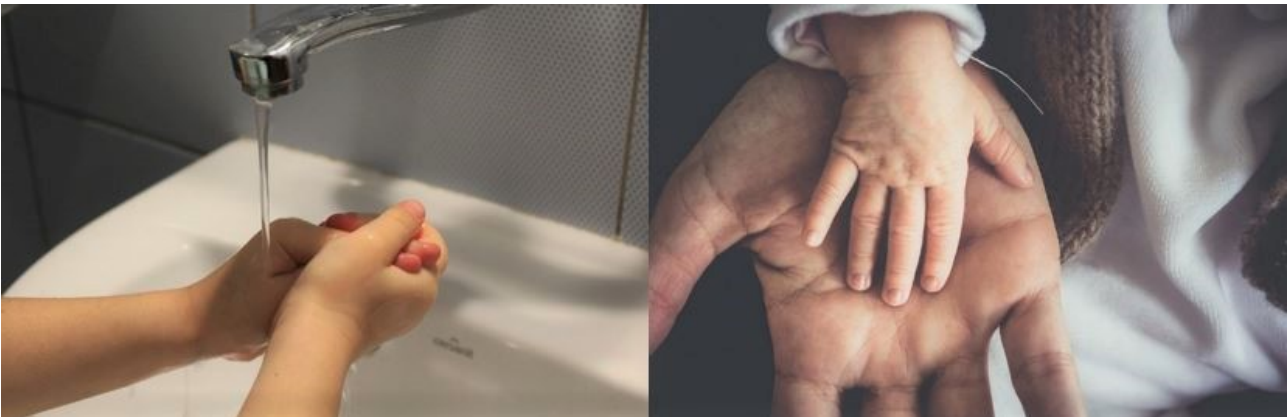
OULUN AMMATTIKORKEAKOULUN TUTKIMUS- JA KEHITYSTYÖN JULKAISUT ISSN 1798-2022

ePooki 26/2020

## Hyvä käsihygienia on osa laadukasta ja turvallista hoitotyötä

Eskola Marjo, Luotsinen Heidi, Honkanen Hilkka, Perälä Minna  
4.5.2020 ::

**Hyvin toteutetulla hoitajan käsihygienialla on suuri merkitys terveyden edistämisessä. Terveydenhuollon henkilökunnan hyvä käsihygienia vaikuttaa laajasti hoitajaan ja asiakkaaseen perheineen sekä työnantajiin ja tätä kautta koko yhteiskuntaan. Hyvällä käsihygienialla torjutaan infektioita ja niiden leviämistä, jolloin kustannukset vähenevät esimerkiksi sairauspoissaolojen vähenemisellä. Asiakkaan ja hänen perheensä kokema hyöty ja hyvinvointi lisääntyvät, koska infektioiden leviäminen vähenee. Asiakkaille hoitajan oikeaoppinen toiminta käsihygieniassa lisää luottamusta ja arvostusta hänen ammattitaitoonsa.**



### Hyvä käsihygienia

Terveydenhuollon henkilöstön tärkeimmät työvälineet ovat kädet. Hyvä käsihygienia on laadukasta hoitotyötä sekä osatekijä turvallisuuden kokemisessa. Asiakasta hoidettaessa asiakkaalla on oikeus olettaa, että häntä hoidetaan sekä laadukkaasti että turvallisesti. Hyvällä käsihygienialla voidaan ennaltaehkäistä tehokkaasti infektioiden leviämistä. <sup>[1]</sup> Käsihygienian noudattaminen kuuluu kaikkien sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijöiden perusvelvollisuuksiin potilasturvallisuuden ylläpitämiseksi. Tartuntalain (1227/2016) 9 § mukaan terveydenhuollon ja sosiaalihuollon toimintayksikön on torjuttava suunnitelmallisesti hoitoon liittyviä infektioita. Laissa potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992) kolmannessa pykälässä luvataan, että potilaalla on oikeus laadultaan hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon. <sup>[2]</sup> <sup>[3]</sup>

Käytännössä käsihygienialla tarkoitetaan nykyään alkoholipitoisen käsihuuhteen käyttöä ennen ja jälkeen jokaisen potilaskontaktin <sup>[4]</sup>. Hyvä käsihygienia on paras yksittäinen keino torjua mikrobirtuntoja ja ehkäistä hoitoon liittyviä infektioita. Huolellinen käsien puhdistaminen käsihuuhteella on tärkeää kaikkien sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaiden hoidossa ja huolenpidossa. Vesisäippuapesua suositellaan vain silloin, kun käsissä

on likaa tai ne ovat tahraantuneet hengitystie-eritteillä tai suolistoinfektioita aiheuttavilla mikrobeilla. Pesu tehdään ennen käsihuuhteen käyttöä. <sup>[5]</sup>

Kynnen alla on mikrobeja Suomen väkiluvun verran, sormuksen alla Euroopan väkiluvun verran. Jos terveydenhuollon henkilöstö ei huolehdi käsihygieniasta, mikrobit siirtyvät käsien kautta hoidettaviin asiakkaisiin. Tietoisuus hyvästä käsihygieniasta ja aseptiikasta on hyvää, mutta kuitenkin se ei aina toteudu hoitoympäristöissä. Kiire on yleisin syy puutteelliseen käsihygieniaan. Työkavereiden ja esimiesten asenteilla ja esimerkillä on myös suuri vaikutus omaan käyttäytymiseen. Laiminlyönnin syitä voivat olla myös käsihuuhteen väärä sijainti, käsihuuhteen loppuminen tai käsihuuhteen huonoksi koetut ominaisuudet. <sup>[6]</sup>

## Käsihygienian käytännössä

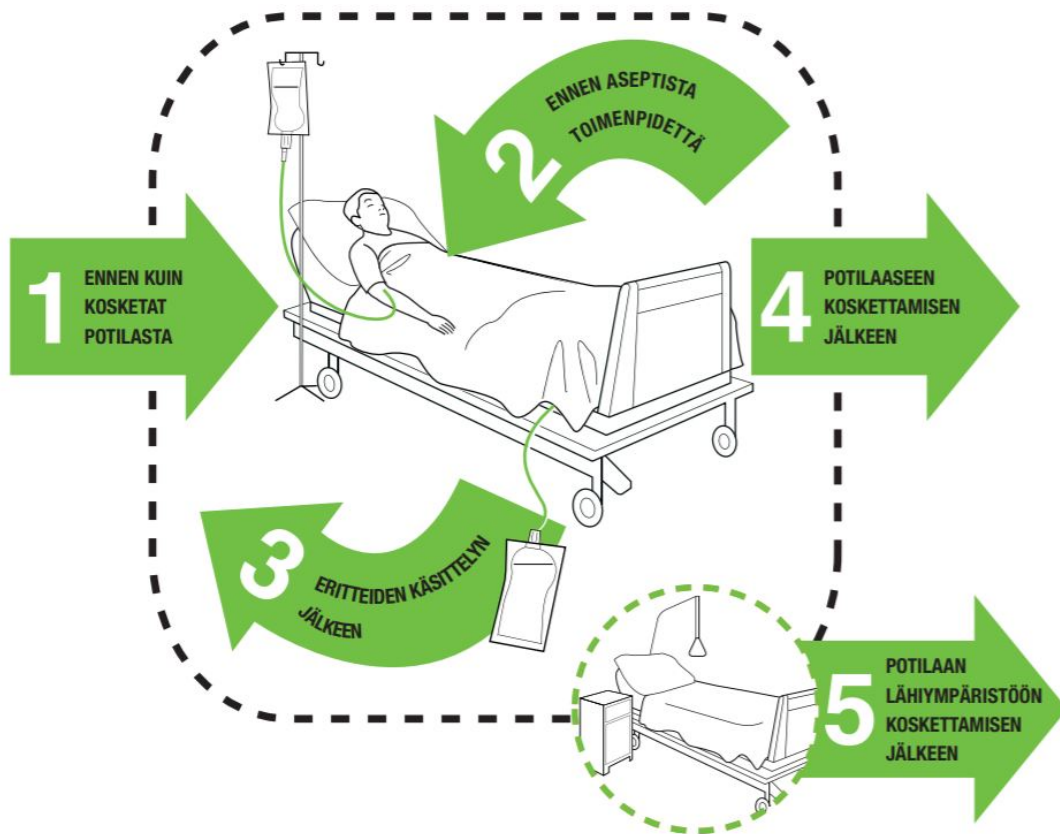
Hoitoalalla rakennekynsien, korujen, sormusten, kellojen ja aktiivisuusrannekkeiden käyttö on kiellettyä, koska niiden käyttäminen estää käsien ja kyynärvarsien kunnollisen pesemisen ja desinfioinnin <sup>[7] [8]</sup>. Nykyään lävistyksset, esimerkiksi huulilävistyksset, ovat lisääntyneet hoitajien keskuudessa. Lävistyksset eivät ole riski potilaalle, mutta hoitajalle ne voivat olla. <sup>[6]</sup>

On tärkeä muistaa, että aseptinen työskentely on sairaaloiden lisäksi tärkeää myös kodinomaisissa hoitopaikoissa, kuten neuvoloissa. Sairaaloissa hygieniasääntöjä noudatetaan tiukemmin. <sup>[6]</sup> Hyvä käsihygienian ja aseptinen työskentelytapa huomioiden tehdään hyvä etukäteissuunnittelu, varataan riittävästi aikaa, kerätään välineet valmiiksi esille, huolehditaan riittävästä valaistuksesta, edetään puhtaasta likaiseen, pyritään mahdollisimman kiireettömän ja rauhallisen työympäristön luomiseen sekä varataan tarpeeksi aikaa asiakkaan ohjaamiseen. <sup>[9]</sup>

Esimerkiksi rokotteet pitäisi valmistella käyttökuntoon puhdistetulla pöydällä koruttomin, desinfioiduin ja tarvittaessa myös pestyin käsin. Rokottamisen jälkeen välineet pitää hävittää asianmukaisesti ja lopuksi desinfioida kädet. On hyvä muistaa, että kädet likaantuvat myös silloin, kun niillä kosketetaan likaisia pintoja, kuten ovenkahvoja, tietokoneen näppäimistöä, puhelimen luuria ja pöytäpintoja. Tietokoneen näppäimistö ja puhelin tulee puhdistaa säännöllisesti. Verenpainemittarit pitää myös puhdistaa säännöllisesti ja stetoskoopit jokaisen potilaan jälkeen. Jokainen hoitoalan ammattilainen vatsaa itse stetoskoopinsa puhtaudesta. <sup>[7] [8] [10]</sup>

## Hyvän käsihygienian toimintamallit

Terveydenhuollon ammattilaisille suurin haaste on omaksua toimintamalli, jossa käsihygieniata noudatetaan potilaan parhaaksi kaikissa viidessä WHO:n nimeämässä tilanteessa (kuva 1) <sup>[5]</sup>.



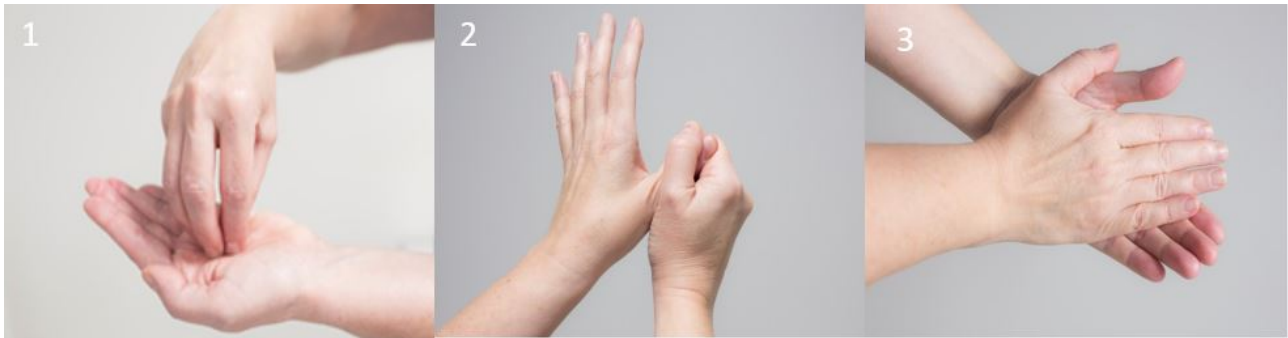
<b>1</b> ENNEN KUIN KOSKETAT POTILASTA	<b>MILLOIN?</b> Desinfioi kätesi ennen kuin kosketat potilasta. <b>MIKSI?</b> Estät mikrobien siirtymisen omista käsistäsi potilaaseen.
<b>2</b> ENNEN ASEPTISTA TOIMENPIDETTÄ	<b>MILLOIN?</b> Desinfioi kätesi juuri ennen aseptista toimenpidettä. <b>MIKSI?</b> Suojaat potilasta myös hänen omilta mikrobeiltaan.
<b>3</b> ERITTEIDEN KÄSITTELYN JÄLKEEN	<b>MILLOIN?</b> Desinfioi kätesi aina, kun olet käsitellyt eritteitä ja aina suojakäsineiden riisumisen jälkeen. <b>MIKSI?</b> Estät mikrobien siirtymisen potilaasta itseesi ja ympäristöön.
<b>4</b> POTILAASEEN KOSKETTAMISEN JÄLKEEN	<b>MILLOIN?</b> Desinfioi kätesi, kun olet koskettanut potilasta tai hänen lähiympäristöään. <b>MIKSI?</b> Estät mikrobien siirtymisen potilaasta itseesi ja ympäristöön.
<b>5</b> POTILAAN LÄHIYMPÄRISTÖÖN KOSKETTAMISEN JÄLKEEN	<b>MILLOIN?</b> Desinfioi kätesi, kun olet koskettanut jotain potilaan lähiympäristössä sijaitsevaa esinettä tai huonekalua, silloinkin, kun et ole koskettanut potilasta. <b>MIKSI?</b> Estät mikrobien siirtymisen potilaasta itseesi ja ympäristöön.



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS

KUVA 1. WHO:n viisi muistisääntöä hyvään käsihygieniaan <sup>[1]</sup>

Alkoholipitoista käsihuhdetta pitää ottaa riittävästi eli noin 3 millilitraa, joka on noin 2 painallusta. Käsihuhde hierotaan huolellisesti kuiviin käsiin, erityisesti sormenpäihin ja peukaloihin, kunnes kädet ovat täysin kuivat. Tämä kestää vähintään 15–20 sekuntia WHO:n kolmen kohdan tekniikalla, kun kuuden kohdan tekniikalla se kestää 20–30 sekuntia (kuva 2). <sup>[8]</sup>



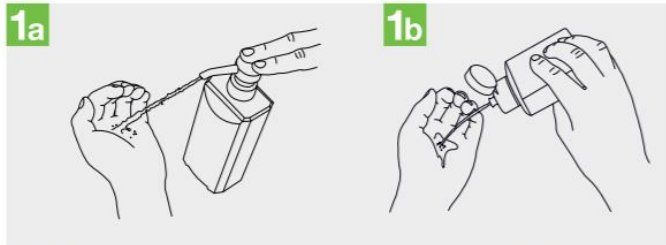
1. Ota reilu painallus käsihuhdetta kuiviin käsiin (isokokoisin käsiin 2 annosta). Hiero molempien käsien sormenpäitä pyöri-  
vin liikkein kämmenkupissa.
2. Hiero kumpikin peukalo pyöri-  
vin liikkein.
3. Hiero kämmeniä vastakkain, kunnes kädet ovat kuivat (vähintään 15–20 sekuntia).

KUVA 2. Käsi-  
desinfektio <sup>[2]</sup>

Huolellinen käsien puhdistaminen käsihuhdeella on tärkeää kaikkien sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaiden hoidossa ja huolenpidossa (kuva 3) <sup>[5]</sup>.

**KÄYTÄ KÄSIHUUHDETTA KÄSIEN PUHDISTAMISEEN.  
PESE KÄDET VEDELLÄ JA SAIPPUALLA, KUN NE OVAT NÄKYVÄSTI LIKAISET.**

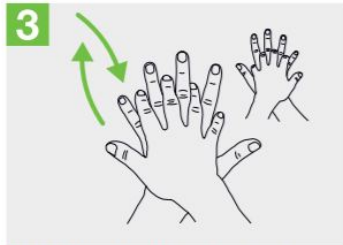
**Vaiheet kestävät yhteensä 20–30 sekuntia.**



Ota kourallinen huuhdetta ja hiero tasaisesti kaikkialle käsiin.



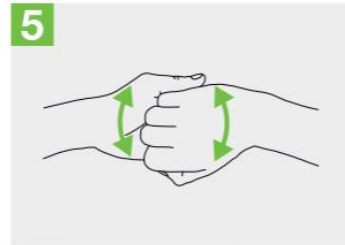
Hiero kämmeniä vastakkain.



Laita oikean kämmen vasemman käden selkämykselle ja hiero sormia limittäin. Laita vasen kämmen oikean käden selkämykselle ja hiero sormia limittäin.



Hiero kämmeniä vastakkain sormet ristissä.



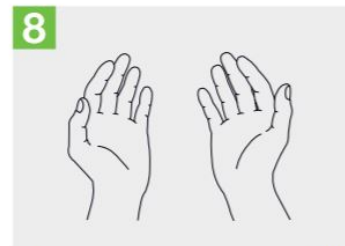
Koukista sormet ja hiero niitä yhtä aikaa vastakkaiseen kämmeneen.



Purista peukaloa vastakkaisen käden kämmenellä ja hiero pyöriin liikkein.



Hiero sormenpäitä edestakaisin vastakkaista kämmentä vasten pyöriin liikkein.



Kätesi ovat puhtaat ja turvalliset, kun ne ovat kuivuneet.

*Maailman terveysjärjestö (WHO) vastaa julkaisemiensa tietojen oikeellisuudesta. WHO ei ole kuitenkaan vastuussa siitä, miten tietoja käytetään. Vastuu sisällön tulkinnasta on ainoastaan lukijalla. WHO ei missään tapauksessa ole korvausvelvollinen materiaalin käytöstä aiheutuviin vahinkoihin.*



KUVA 3. Käytä käsihuhdetta käsien puhdistamiseen <sup>[3]</sup>

## Lopuksi

Suomessa kuolee satoja potilaita infektioihin, jotka johtuvat huonosta hygieniasta hoitotyössä. Kuolemat ovat turhia ja jopa estettävissä olevia, koska laiminlyönnit johtuvat työpaikan käytännöistä ja omista asenteista eikä



niinkään tiedon puutteesta. Huonosta hygieniasta johtuvat infektiot aiheuttavat inhimillistä kärsimystä, pidentyneitä sairaalahoitoaikoja, ylimääräisiä kustannuksia, invaliditeettia ja jopa kuolemia. <sup>[6]</sup> <sup>[7]</sup> Käsihygienian noudattamisen vaikutus infektioiden ehkäisyssä on yhteiskunnalle taloudellisesti kannattava ja helposti toteutettava keino, koska ainoa vaatimus on opettaa ihmiset pesemään kätensä ja käyttämään käsihuuhdetta sekä tarvittaessa suojakäsineitä. <sup>[7]</sup>

Käsihygienian toteuttaminen on kiistatta tehokkain yksittäinen toimenpide, jolla infektioiden leviämistä voidaan ehkäistä. Rautava-Nurmen ym. <sup>[11]</sup> mukaan useissa tutkimuksissa todetaan käsihygienian toteutumisessa edelleen puutteita. Henkilökunnan asenteiden muuttuminen on ainoa asia mikä mahdollistaa asian korjaantumisen. Asenteiden muuttuminen puolestaan vaatii infektioiden torjunnan ja käsihygieniakäytäntöjen kertaamista. <sup>[7]</sup>

Puhdas, ehjä ja terve iho sekä lyhyet kynnet ovat käsihygienian perusta. Kynsilakkaa ei tule käyttää hoitotyössä, koska lakka murtuu helposti ja mikrobit pesiytyvät lakan murtumakohtiin. Korujen ja kellojen välityksellä työpaikan mikrobit kulkeutuvat myös työntekijän kotiin. <sup>[7]</sup> <sup>[8]</sup> Huolehtimalla käsihygieniasta hoitaja suojaa myös itseään. Mikrobit vaativat hoitajaa samalla tavalla kuin potilastakin. Hoitajan pitää myös hoitaa ihoaan, jotta se pysyy ehjänä. Kuivassa ihosta voi olla pieniä haavoja, joista mikrobit pääsevät elimistöön. Aseptinen työjärjestys on perusta hyvälle hygienialle. Myös työympäristö täytyy pitää siistinä ja roskat pitää lajitella oikein. Työnantajan velvollisuus on tarjota välineet hyvään hygieniaan. Jos työntekijä on esimerkiksi herkistynyt käytössä olevalle käsihuuhteelle, työnantajan pitää tarjota vaihtoehtoinen käsihuuhde. Monissa työpaikoissa hygieniasta ja korujen käyttämisestä on kirjalliset ohjeet. Hygieniaohteita olisi hyödyllistä kerrata yhteisissä palavereissa. <sup>[6]</sup>

Aseptiikan perusasia on siis hyvä käsihygienia. Lisäksi se on infektioiden ehkäisemisen ja laadukkaan hoitotyön kulmakivi. Käsihygienian tarkoitus on vähentää infektiota aiheuttavien mikrobin siirtymistä ihmisten käsinkosketustartuntana ympäristöstä ja henkilökunnasta potilaisiin sekä potilaasta toiseen. <sup>[7]</sup> Kosketustartunta on tärkein syy hoitoon liittyvien infektioiden tarttumiseen ja näin ollen oikein suoritettu käsihygienia on varotoimien keskeisin osa. <sup>[4]</sup> Avoterveydenhuollon palveluihin tullaan pääsääntöisesti terveenä infektiosta, niin asiakkaat kuin työntekijätkin, mutta asiakkailla perheineen voi olla esimerkiksi perussairauksia, jolloin hyvän käsihygienian noudattaminen erityisesti korostuu.

Jokaisella hoitajalla täytyy olla aseptinen omatunto. Ei riitä, että toimii oikein vain muiden nähden. Tämä on ammatillisen toiminnan lähtökohta ja perusta hyvälle hygienialle. Hygieniasääntöjen pitää olla niin omaksuttuja ja sisäistettyjä, että niistä tulee rutiinia ja ne sujuvat vaistomaisesti. <sup>[6]</sup>

## Lähteet

1. <sup>^</sup> Silvennoinen, E. 2003. Käsihygienia terveydenhuollossa. Suomen lääkärilehti 7 (58), 763–767. Hakupäivä 16.3.2020.  
<https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/alkuperaistutkimukset...>
2. <sup>^</sup> Tartuntatautilaki 21.12.2016/1227. Hakupäivä 21.9.2019.  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161227>
3. <sup>^</sup> Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785. Hakupäivä 21.9.2019.  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1992/19920785>
4. <sup>^</sup> <sup>ab</sup> Syrjälä, H. & Teirilä, I. 2010. Käsihygienia. Teoksessa S. Hellstén (toim.) Hoitoon liittyvien infektioiden torjunta, 165–183. Suomen kuntaliitto, Porvoo.
5. <sup>^</sup> <sup>abc</sup> Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Käsihygieniaohteet ammattilaisille. Hakupäivä 19.1.2020.  
<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/audit-ja-torjunta...>
6. <sup>^</sup> <sup>abcdef</sup> Lyhty, M. 2017. Huono hygienia hoitotyössä aiheuttaa jopa kuolemia. Suomen lähi- ja perushoitajaliitto Super. Hakupäivä 21.9.2019.  
<https://www.superliitto.fi/viestinta/super-lehti/ajankohtaista...>
7. <sup>^</sup> <sup>abcdefg</sup> Kassara, H., Paloposki, P., Holmia, S., Murtonen, I., Lipponen, V., Ketola, M-L. & Hietanen, H. 2005. Hoitotyön osaaminen. Helsinki: WSOY.
8. <sup>^</sup> <sup>abcd</sup> Puhto, T. 2018. Käsidesinfektio. Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. Hakupäivä 30.8.2019.  
[https://www.ppsph.fi/dokumentit/\\_layouts/15...äsidesinfektio.docx&action=default&DefaultItemOpen=1](https://www.ppsph.fi/dokumentit/_layouts/15...äsidesinfektio.docx&action=default&DefaultItemOpen=1)
9. <sup>^</sup> Iivanainen, A., Jauhiainen, M. & Pikkarainen, P. 2001. Hoitamisen taito. Helsinki: Tammi.
10. <sup>^</sup> Duodecim Oppiportti. 2015. Infektioiden torjunta. Hakupäivä 15.10.2019.  
<https://www.oppiportti.fi/op/dvk00036>
11. <sup>^</sup> Rautava-Nurmi, H., Westergård, A., Henttonen, T., Ojala, M. & Vuorinen, S. 2015. Hoitotyön taidot ja toiminnot. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

## Kuvalähteet

1. [^KUVA 1. WHO:n viisi muistisääntöä hyvään käsihygieniaan. Teoksessa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Käsihygieniaohteet ammattilaisille. Hakupäivä 19.1.2020. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/infektioiden-ehkaisy-ja-torjuntaohjeita/kasihygieniaohteet-ammattilaisille>](#)
2. [^KUVA 2. Käsidesinfektio. Teoksessa Puhto, T. 2018. Käsidesinfektio. Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. Hakupäivä 30.8.2019. \[https://www.ppsHP.fi/dokumentit/\\\_layouts/15/WopiFrame.aspx?sourcedoc=%7BF45DECE7-591C-446D-BF2C-B984C2F67039%7D&file=Käsidesinfektio.docx&action=default&DefaultItemOpen=1\]\(https://www.ppsHP.fi/dokumentit/\_layouts/15/WopiFrame.aspx?sourcedoc=%7BF45DECE7-591C-446D-BF2C-B984C2F67039%7D&file=Käsidesinfektio.docx&action=default&DefaultItemOpen=1\)](#)
3. [^KUVA 3. Käytä käsihuhdetta käsien puhdistamiseen. Teoksessa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Käsihygieniaohteet ammattilaisille. Hakupäivä 19.1.2020. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/infektioiden-ehkaisy-ja-torjuntaohjeita/kasihygieniaohteet-ammattilaisille>](#)

## Metatiedot

**Nimeke:** Hyvä käsihygienia on osa laadukasta ja turvallista hoitotyötä

**Tekijä:** Eskola Marjo; Luotsinen Heidi; Honkanen Hilikka; Perälä Minna

**Aihe, asiasanat:** aseptiikka, hoitotyö, infektiot, käsihygienia, terveydenhoitajat, torjunta

**Tiivistelmä:** Kynnen alla on mikrobeja Suomen väkiluvun verran, sormuksen alla Euroopan väkiluvun verran. Jos terveydenhuollon henkilöstö ei huolehdi käsihygieniasta, mikrobit siirtyvät käsien kautta hoidettaviin asiakkaisiin. Tietoisuus hyvästä käsihygieniasta ja aseptiikasta on hyvää, mutta aina se ei kuitenkaan toteudu hoitoympäristöissä.

Aseptiikan perusasia on hyvä käsihygienia, lisäksi se on infektioiden ehkäisemisen ja laadukkaan hoitotyön kulmakivi. On tärkeä muistaa, että aseptinen työskentely on tärkeää myös kodinomaisissa hoitopaikoissa ja esimerkiksi neuvoloissa, ei pelkästään sairaaloissa, missä hygieniasääntöjä noudatetaan tiukemmin. Jokaisella hoitajalla täytyy olla aseptinen omatunto. Ei riitä, että toimii oikein vain muiden nähden. Hyvin toteutetulla hoitajan käsihygienialla on suuri merkitys muun muassa lapsiasiakkaiden terveyden edistämiseksi. Terveydenhuollon henkilökunnan hyvä käsihygienia vaikuttaa laajasti itse hoitajaan, asiakkaaseen perheineen sekä työnantajiin ja tätä kautta koko yhteiskuntaan. Hyvällä käsihygienialla torjutaan infektiota ja niiden leviämistä, jolloin kustannukset vähenevät esimerkiksi sairauspoissaolojen vähenemisellä. Asiakkaan ja hänen perheensä kokemus hyöty ja hyvinvointi lisääntyvät, koska infektioiden leviäminen vähenee. Asiakkaille hoitajan oikeaoppinen toiminta käsihygieniassa lisää myös luottamusta ja arvostusta hänen ammattitaitoonsa.

**Julkaisija:** Oulun ammattikorkeakoulu, Oamk

**Aikamäärä:** Julkaistu 2020-05-04

**Pysyvä osoite:** <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe202003319865>

**Kieli:** suomi

**Suhde:** <http://urn.fi/URN:ISSN:1798-2022>, ePooki - Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut

**Oikeudet:** CC BY-NC-ND 4.0

## Näin viittaat tähän julkaisuun

Eskola, M., Luotsinen, H., Honkanen, H. & Perälä, M. 2020. Hyvä käsihygienia on osa laadukasta ja turvallista hoitotyötä. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 26. Hakupäivä xx.xx.xxxx. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe202003319865>.