



Kosmetiikan säilyvyys ja hygieeninen käsittely

Rosa Tanskanen

2020 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu



Laurea-ammattikorkeakoulu

Kosmetiikan säilyvyys ja hygieeninen käsittely

Rosa Tanskanen
Kauneudenhoito- ja kosmetiikka-alan
koulutus
Opinnäytetyö
toukokuu, 2020

Rosa Tanskanen

Kosmetiikan säilyvyys ja hygieeninen käsittely

Vuosi

2020

Sivumäärä 398

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa uutta tietoa kosmetiikan säilyvyydestä ja hygieenisestä käsittelystä sekä käsihygienian toteutumisesta kosmetiikkamyymyjien koulutukseen ja lisätä keskustelua tästä tärkeästä ja erittäin ajankohtaisesta aiheesta. Opinnäytetyö oli työelämälähtöinen ja yhteistyökumppanina oli kosmetiikkaosaston esimies ja kosmetiikka osasto. Teoreettinen viitekehys sisälsi teoria tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, säilöntäaineista, kosmetiikka-tuotteiden puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta.

Tässä opinnäytetyössä toteutettiin kosmetiikkamyymyjien teemahaastattelut. Opinnäytetyön teemahaastattelun tarkoituksena oli kartoittaa kosmetiikkamyymyjien tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, kosmetiikan puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta. Kosmetiikkamyymyjien teemahaastattelut toteutettiin pääkaupunkiseudulla kuudelle kosmetiikkaosaston myyjälle. Tämän opinnäytetyön teemahaastattelujen keskeisinä tuloksina kosmetiikkamyymäjät kokivat kosmetiikan säilyvyys -aiheen hiukan haasteellisena asiana asiakkaan ohjauksen näkökulmasta.

Teemahaastattelujen tulosten mukaan kosmetiikkamyymäjät toivoivat lisäkoulutusta ja tietoutta kosmetiikan säilyvyydestä, kosmetiikan puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta. Koulutuksen tulee olla säännöllistä ja ajantasaista. Kosmetiikan puhdas käsittely ja käsihygienia koettiin ajankohtaiseksi ja tärkeiksi teemoiksi ja kosmetiikan puhdas käsittely yhdistettiin tässä tutkimuksessa usein hyvän käsihygienian toteutumiseen. Vastaajat kokivat riittävän käsihygienian toteutumisen kosmetiikkamyymäjän työssä merkitykselliseksi asiaksi. Tämän lisäksi toiminnallisena osana toteutettiin työelämäkumppanin toiveena kirjallinen Power Point muotoinen ohjeistus aiheesta; kosmetiikan hygieeninen käsittely ja käsihygienia.

Asiasanat: Kosmetiikan säilyvyys, kosmetiikan puhdas käsittely, käsihygienia ja kosmetiikkaa pilaavat mikrobit

The aim of this Bachelor's thesis was to produce new information about the preservation and hygienic handling of cosmetics and implementation the right hand hygiene technic to the cosmetician and at the same time to increase the discussion on this important and very topic issue. The thesis was based on a working life need to have new information and the partner was the cosmetic department. The theoretical framework includes cosmetics preservatives, clean handling of cosmetics products and hand hygiene.

In this thesis there was also thematic interviews with cosmeticians. The purpose of the thematic interview of the thesis was to gather information about the cosmetic preservation, hand cleaning and hygienic treatment of cosmetics. Thematic interviews with cosmetician were organized in the metropolitan area for six cosmetic department sellers.

As a key result of the thematic interview in this thesis cosmeticians experienced the preservation of cosmetics as a challenging issue from the perspective of customer guidance. According to the results of the thematic interviews cosmetic sellers wanted additional training and knowledge about cosmetic preservation, clean cosmetic handling and hand hygiene. Training must be regular and up-to-date. Clean cosmetic handling and hand hygiene were received important themes. Clean cosmetic handling was often combined in this study with the realization of good hand hygiene. Responders considered the implementation of hand hygiene in the work of cosmetic sellers. It was very relevant issue. In addition to this there was also a functional part at the request of working life partner. I implemented guidelines for cosmetic sellers on subject to hygienic treatment of cosmetic and hand hygiene.

Keywords: Preservation of cosmetics, clean handling of cosmetics, hand hygiene and microbes that contaminate cosmetics.

Sisällys

1	Johdanto	7
2	Kosmetiikka-alan lainsäädäntö Euroopassa.....	8
3	Kosmetiikan säilyvyys ja säilöntäaineet	9
3.1	Kosmetiikan pakkausmerkinnät	9
3.2	Kosmetiikan säilöntäaineet	10
3.3	Säilöntäaineettomat tuotteet ja luonnonmukaiset säilöntäaineet	13
3.4	Säilöntäaineet ja allergiat	14
4	Mikrobit	15
4.1	Mikrobilajit	15
4.2	Mikrobien leviäminen.....	16
5	Kosmetiikka tuotteiden hygieeninen käsittely.....	17
5.1	Hyvän käsihygienian toteutuminen.....	17
5.2	Käsien desinfiointi ja pesu.....	18
5.3	Hyvän käsihygienian opettaminen ja ohjaaminen	19
6	Tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	19
7	Tutkimuksen toteutus	20
7.1	Tutkimusmenetelmän kuvaus	20
7.2	Teemahaastattelun toteutus	20
8	Teemahaastattelun tulokset.....	21
8.1	Kosmetiikan säilyvyys.....	22
8.2	Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely	23
8.3	Käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyyjän työssä.	25
9	Toiminnallinen osio/Ohjeistus kosmetiikkatuotteiden hygieenisestä käsittelystä ja käsihygieniasta	26
10	Johtopäätökset	27
10.1	Pohdinta	29
	Lähteet	31
	Liite 1 ja 2	36

1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön aiheena on kosmetiikan säilyvyys ja hygieeninen käsittely. Tämä työ sisältää teoreettisen viitekehyksen, kosmetiikkamyyjille toteutetun teemahaastattelun ja työyhteisöön tuotetun informatiivisen ohjeistuksen. Teoreettinen viitekehys sisältää teoria tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, säilöntäaineista, kosmetiikkatuotteiden puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta. Tutkimuksellisessa osiossa toteutetaan kosmetiikkamyyjien teemahaastattelut. Toiminnallisena osana tuotetaan työelämäkumppanin toiveesta ohjeistus aiheesta; kosmetiikan hygieeninen käsittely ja käsihygienia. Opinnäytetyön teemahaastattelujen tarkoituksena on kartoittaa kosmetiikkamyyjien tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, kosmetiikan puhtaasta käsittelystä ja käsihygienian toteutumisesta. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on hyödyntää teoriasta ja kosmetiikkamyyjien teemahaastatteluista saatuja tutkielman tuloksia sekä aiheesta tuotettuja ohjeistuksia kosmetiikkamyyjien perehdytykseen ja koulutukseen.

Kosmetiikka ja kosmeettiset valmisteet ovat jokaisen arkipäivää, olennainen osa hygieniää, hyvinvointia ja jopa kansanterveyttä. Kosmetiikan ainesosat nousevat tasaisin väliajoin julkisen keskusteluun ja kosmeettisten aineiden turvallisuudesta puhutaan paljon. Moni mielipide perustuu kuitenkin tunteeseen tai puhtaaseen tietämättömyyteen. Kosmetiikkalainsäädäntö edellyttää, että valmisteet ovat normaalissa käytössä turvallisia. Lainsäädäntö koskee kaikkea kosmetiikkaa raaka-aineiden alkuperästä riippumatta.

Kosmetiikan säilyvyyteen vaikuttavat mm. kosmetiikka aineiden ja tuotteiden käsittely ja erityisesti kosmetiikan käsittelyssä riittävän käsihygienian noudattaminen. Kosmetiikkatuotteita tulee käsitellä aina puhtailla käsillä sekä puhtailla työvälineillä. Usein ajatellaan, että vain elintarvikkeita käsittelevät työntekijät ovat suuressa riskissä välittää ihon mikrobeja toisille ihmisille. Käsien kautta mikrobit ja bakteerit siirtyvät helposti myös kosmetiikkatuotteisiin. Kosmetiikkamyyjien toteuttamasta käsihygieniasta ei ole tehty aiempaa tutkimusta. Kosmetiikkamyyjien huolellinen käsihygienia on merkityksellinen ja tärkeä asia kosmetiikan puhtaassa käsittelyssä.

2 Kosmetiikka-alan lainsäädäntö Euroopassa

Euroopassa on maailman johtava kosmetiikkateollisuus ja Euroopan maat ovat hallitsevia kosmetiikan vientimaita. Kosmetiikka-ala on erittäin innovatiivinen ja tarjoaa paljon työpaikkoja Euroopassa. EU:n lait koskevat pääasiassa kosmetiikan markkinoille pääsyä koskevaa sääntelykehystä ja kansainvälisiä kauppasuhteita. EU kosmetiikka lainsäädännön tavoitteena on varmistaa korkein kuluttajaturvallisuuden taso edistämällä alan innovaatioita ja kilpailukykyä. Euroopan komissio on myös yhteydessä kosmetiikan sidosryhmiin EU:n sisällä ja kansainvälisesti. Tämä yhteistyö mahdollistaa tiedonvaihdon ja varmistaa EU:n vaatimusten sujuvamman täytäntöönpanon alalla. Kosmetiikka tuotteita säädellään Euroopan tasolla kuluttajien turvallisuuden ja kosmetiikan sisämarkkinoiden turvaamiseksi. Valmistaja on vastuussa tuotteidensa turvallisuudesta ja hänen on varmistettava, että tuotteille suoritetaan asiantuntijan tekemä turvallisuusarviointi ennen niiden myyntiä. Erityinen Cosing -tietokanta sisältää tietoja kosmeettisista aineista ja ainesosista. Tämä tietokanta mahdollistaa kosmeettisten aineiden tietojen, lakisäätöjen vaatimusten ja erilaisten rajoitusten helpon saatavuuden. Kosmetiikka lainsäädäntö EU:n tasolla edellyttää, että kaikki EU:ssa markkinoitavat tuotteet on rekisteröitävä kosmeettisten valmisteiden ilmoitusportaaliin (CPNP) ennen markkinoille saattamista. (Teknokemian yhdistys ry.)

Kosmetiikka-asetus säätelee Euroopan markkinoilla kosmetiikan valvonnasta, turvallisuudesta ja kosmetiikkapakkausten tuoteselosteiden kielen vaatimuksista. Syöpää aiheuttavat aineet, perimää vaurioittavat aineet tai lisääntymiseen vaaralliseksi todetut aineet on kielletty. Tämän lisäksi EU:ssa ei ole saanut tehdä minkäänlaisia kosmetiikan valmistukseen liittyviä eläinkokeita vuoden 2009 jälkeen, ja kieltoihin liittyvä markkinointikielto tuli täydelliseksi vuoden 2013 alussa. (Euroopan parlamentin ja Neuvoston asetus 2009) Unionialueella ei siis myöskään saa myydä tuotteita, joiden ainesosia tai tuotteita kokonaisuutena on testattu eläinkokein kieltojen jälkeen. Uusi tieto voi joskus edellyttää jonkin käytössä olevan ainesosan turvallisuuden uudelleenarviointia. Sen tekee komission tiedekomitea SCCS, jonka arvion perusteella lainsäädäntöä päivitetään tarpeen mukaan. Uusimmat tutkimustulokset otetaan turvallisuusarvioinneissa huomioon usein jo ennen kuin vaatimukset viedään lainsäädäntöön. (Karine & Karjomaa 2014.)

Suomessa kosmetiikka tuotteita säädellään EU:n kosmetiikka-asetuksella. Kosmetiikkaa koskeva lainsäädäntö on sama jokaisessa EU maassa. Tämä velvoittaa jäsenmaitaan säätämään vielä erikseen kosmetiikan valvonnasta ja kielivaatimuksista. Kosmeettisia valmisteita ovat ihovoiteet, emulsiot, vedet, -geelit ja öljyt. Tämän lisäksi kasvonaamiot, värilliset pohjustusvalmisteet, meikkipuuterit, kylpy- ja hoitotalkit, saippuat, deodorantit, hiustuotteet, puhdistus- ja hoitovalmisteet, suunhoitovalmisteet, kynsienhoitovalmisteet ja lakat sekä auringonsuojavalmisteet. Kosmetiikka on tarkoitettu kehon ulkoisille osille. Sen tarkoitus on puhdistaa

ihoa, muuttaa tuoksua tai hoitaa ihoa. Esimerkiksi tatuoinnit tai irtoripset eivät ole kosmetiikkaa. Kosmetiikkaa ei käytetä sairauksien hoidossa. (Teknokemian Yhdistys ry.)

EU:n kosmetiikka-asetuksessa on myös säädetty sallitut väriaineet, säilöntäaineet ja UV-suojien sallitut pitoisuudet. Kosmetiikan säilöntäaineiden tulee tehoa mahdollisimman pitkäaikaisesti monenlaisiin mikrobeihin. Mitä pienempi pitoisuus riittää tuhoamaan mikrobit, sen parempi. Säilöntäaineiden täytyy olla mm. vesiliukoisia, kemiallisesti muuttumattomia tai hajota ja toimia toivotulla tavalla. Ne eivät saa huonontaa tuotteen tehoa ja niiden on oltava mielellään hajuttomia ja värittömiä. Erityisesti niitä täytyy voida käyttää turvallisesti. Näitä kaikkia toivottavia ominaisuuksia ei useinkaan saada käyttämällä tuotteessa vain yhtä säilöntäainetta. Toivottavan tuloksen saavuttamiseksi tarvitaan useamman säilöntäaineen seos. Näin menetellen saadaan myös yksittäisten säilöntäaineiden pitoisuudet pienemmiksi ja teho paremmaksi. Joulukuussa 2013 Euroopan kosmetiikkateollisuuden etujärjestö Cosmetics Europe suositteli, että kosmetiikanvalmistajat lopettaisivat mahdollisimman nopeasti säilöntäaine metyyli-isotiatsolinoni (MIT) käytön iholle jätettävissä tuotteissa sekä kosmetiikkapyyhkeissä. Syynä suositukseen oli, että MIT:n aiheuttamat allergiat olivat lyhyessä ajassa lisääntyneet merkittävästi. Teollisuus kantaa täten täyden vastuun tuotteiden turvallisuudesta jo ennen kuin aineen käyttöön ehditään puuttua lainsäädännöllä. (Kurimo & Suuronen 2018.)

3 Kosmetiikan säilyvyys ja säilöntäaineet

Kosmetiikkatuotteissa tulee olla säilyvyyttä kuvaava merkki ja merkintä säilyvyydestä. Merkintä tulee olla sekä suomen- että ruotsin kielisenä. Merkintä on oltava sekä käyttöpakkauksessa että ulkopakkauksessa. Tuotteessa tulee olla merkintä tai lause ”parasta käytettynä ennen”, jonka jälkeen merkitään säilyvyyden ajankohta. (Teknokemian Yhdistys ry.) Opinnäytetyön liitteenä on ohjeistus kosmetiikan säilyvyydestä ja sen hygieenisestä käsittelystä

3.1 Kosmetiikan pakkausmerkinnät

Kosmetiikkapakkauksissa on lainsäädännön mukaan oltava pakkausmerkinnät. Säilyvyyden ajankohta merkitään joko pm/kk/vuosi tai kk/vuosi merkinnällä. Mikäli tuote säilyy yli 30kk, niin tuotteessa käytetään PAO= Period After Opening -merkintää. Tiimalasi-symbolia käytetään, kun tuote säilyy enintään 30 kuukautta. Avattu purkki kuva sekä kuukausien määrä kuvaavat sitä, että kuinka kauan tuote säilyy avaamisen jälkeen. Kosmetiikkatuotteen käyttöohjeet, mahdolliset varoitukset tai aineosaluettelo tulee olla pakkauksessa tai erillisessä esitteessä. Tuotteessa tulee olla kuva avatusta purkista, jonka yhteydessä ilmoitetaan säilyvyysaika kuukausina tai vuosina. Kuukausi voidaan lyhentää M -kirjaimella. Jos tarpeellisten ohjeiden ja varoitusten ilmoittaminen tuotteen käyttö- ja ulkopakkauksessa on käytännön syistä

mahdotonta, niin tiedot on ilmoitettava mukaan liitetyssä etiketissä, tarrassa tai kortissa. Ohjeiden löytymiseen muualta viitataan ”käsi kirjalla” näköisellä symbolilla ulkopakkauksessa tai käyttöpäällyksessä. Pakkauksessa ja/tai esitteessä tulee olla merkinnät alkuperämaasta, sisällön määrästä, tuotteen säilyvyysajasta, käyttöohjeista ja varoituksista sekä eränumerosta, tuotteen käyttötarkoituksesta ja ainesosaluettelosta INCI-nimillä. Ainesosa tiedot voidaan ilmoittaa vain ulkopakkauksessa. Ainesosa tiedot ilmoitetaan käyttäen 33 artiklassa säädettyssä luettelossa esitettyä ainesosan yleistä nimeä (INCI). Jos ainesosalla ei ole ollenkaan yleistä nimeä, on käytettävä nimeä, joka sisältyy johonkin yleisesti hyväksytyyn nimikkeistöön. Ainesosaluettelon edellä on oltava termi ”ingredients”. Kosmetiikan ainesosat tulee merkitä pakkaukseen painon mukaan alenevassa järjestyksessä. Ainesosa, mitä tuotteessa on eniten, ilmoitetaan ensimmäisenä ainesosaluettelossa. (Teknokemian Yhdistys ry.)

3.2 Kosmetiikan säilöntäaineet

Orgaaniset hapot ja niiden suolayhdisteet, kuten bentsoehappo

Orgaaniset hapot ovat perinteisin kosmetiikan säilöntäaineryhmä. Orgaanisia happoja ovat esimerkiksi bentsoehappo, sorbiinihappo, salisyylihappo ja dihydroetikkahappo sekä niiden suolayhdisteet. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergiat 2018.) Salisyylihappo on hedelmähappo ja se on toiselta nimeltään BHA (beta hydroxy acid). Salisyylihappo kuorii ihoa läheltä sen pintaa. Salisyylihappo sopii erityisesti akneiholle ja rasvoittuvalle iholle. Ja se ehkäisee ihon tulehdusta. Tämän lisäksi salisyylihappo sopii monen ikäiselle iholle, jossa on epäpuhtauksia. Salisyylihappoa tai muita happoja ei suositella käytettävän herkälle iholle. Salisyylihapon Käyttö kannattaa aina aloittaa erittäin varovasti. Ja sen kokeilu tulee tehdä pienelle ihon alueelle kerrallaan. Epäpuhtaan ihon kosmetiikan inci-listoissa on usein salisyylihappoa. Salisyylihappo on tulehdusta hillitsevä rasvaliukoinen aine. Se kuorii ihon talia ja rasvaa suoraan ihohuokosten sisältä. Tästä syystä salisyylihappoa käytetäänkin tukkeutuneille ihohuokosille ja mustapäille. (Scincity 2020.)

Fenolijohdannaiset, kuten parabeenit

Parabeenit kuuluvat Fenolijohdannaisten ryhmään. Eniten kosmetiikassa käytettyjä parabeeneja ovat metyyliparabeeni, etyyliparabeeni ja propyyliparabeeni. Parabeenien käyttö kosmetiikan säilöntäaineena on alkanut jo 1950 -luvulla. Parabeeneja on käytetty kosmetiikkatuotteissa yleisesti bakteerien kasvun ehkäisemiseksi. Noin 85 prosenttia kosmetiikasta sisältää parabeeneja. Ne ovat edullisia ja tehokkaita säilöntäaineita. Parabeeneilla on pitkä ja turvallinen käyttöhistoria, ja siksi ne ovat niin yleisesti käytössä. Uusilla säilöntäaineilla on vähemmän kliinisiä käyttökokeuksia. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergiat 2018.)

Viime vuosina monet tuotemerkit ovat alkaneet valmistaa parabeenittomia voiteita, huulipunia ja shampoita. Parabeenien käyttöön Euroopan kosmetiikkamarkkinoilla on kohdistunut viime vuosina jonkin verran epäluuloa. Vuonna 2004 brittiläinen syöpätutkija, Ph .D., Philippa Darbre löysi tutkimuksessaan parabeenejä pahanlaatuisista rintakasvaimista. Tämän tutkimustuloksen seurauksena asiantuntijat suosittelivat parabeenipitoisuuksien rajoittamista kosmeettisissa valmisteissa (Darbe, Aljarrah, Miller, Coldham, Sauer, Pope 2004).

Parabeenien käyttörajasuositus on säädetty EU:n kuluttajan turvallisuutta käsittelevän tiedekomitean (SCCS) suosituksesta 0.4%:sta 0,19%:n (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2019) Uusimmissa tutkimuksissa on tutkittu parabeeniyhdisteiden ihon kautta tapahtuvan imeytymisen turvallisuutta. Näissä tutkimuksissa on kiinnitetty erityistä huomiota parabeenien ihoon imeytymiseen ja parabeenien myrkyllisiin ominaisuuksiin. Tämän lisäksi on löydetty näyttöä metyyliparabeenin kielteisistä vaikutuksista ihosoluihin. Parabeenien yleinen vaikutus ihoon on ollut tutkijoiden mielenkiinnon kohteena. Tutkimuksissa on kiinnitetty huomiota myös parabeenien estrogeenisiin vaikutuksiin. Erilaisissa tutkimuksissa on laskettu kosmetiikassa esiintyvien parabeenipitoisuuksien (metyyliparabeenin, etyyliparabeenin, propyyliparabeenin ja butyyliparabeenin) systeemisen altistuksen annosalueet (SED). Näille yhdisteille on tehty turvallisuusarviointeja niiden kokonaisaltistuksen perusteella. Erilaisten tutkimustulosten yhteenvevotona on voitu todeta, ettei parabeeneja sisältävän yksittäisen kosmetiikan käytön pitäisi olla vaaraksi ihmisten terveydelle. Mutta näitä yhdisteitä sisältävien kosmeettisten valmisteiden liiallinen käyttö saattaa kuitenkin johtaa terveydelle haitalliseen altistukseen. Artikkelin lopussa todetaan kuitenkin, että ihmisten tulisi välttää monien parabeeneja säilöntäaineita sisältävien kosmetiikkatuotteiden samanaikaista käyttöä. (Matwiejuzuk, Galinka, Brzoska, Zareba 2020.)

Alkoholijohdannaiset, kuten fenoksietanoli

Tähän säilöntäaineryhmään kuuluvat esimerkiksi fenoksietanoli, bentsyylialkoholi ja diklooribentsyylialkoholi. Fenoksietanolia pidetään turvallisena säilöntäaineena ja viime vuosina sitä on käytetty monissa tuotteissa. Fenoksietanolissa on ruusun tuoksua ja sen vuoksi sitä käytetään usein hajustekomponenttina kosmetiikassa. Bentsyylialkoholi vaatii suhteellisen ison pitoisuuden toimiakseen hyvin ja siksi se ei ole kovin tehokas säilöntäaine yksin käytettynä. Fenoksietanolia on käytetty pitkään muissakin kuluttajatuotteissa kuin kosmetiikassa. Euroopan komission tiedekomitea SCCS on todennut aineen käytön turvalliseksi kosmetiikkakäytössä, kun suurin sallittu pitoisuus on 1%. Fenoksietanolia käytetään laajasti erilaisissa kosmetiikkavalmisteissa, kuten sampoissa, kosteuspyyhkeissä ja -voiteissa. Sitä käytetään myös luonnonmukaisissa aineissa, esimerkiksi vihreä tee sisältää fenoksietanolia. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergia 2018.)

Kosmetiikassa, Fenoksietanolia pidetään yhtenä vähiten ärsyttävämpänä säilöntäaineena. Fenoksietanolille saattaa allergisoitua, mutta riski on alhaisempi verrattuna useimpiin muihin säilöntäaineisiin. Vuoden 2010 aikana Helsingin allergianeuvonnan asiakkailta todetuista uusista kosmetiikka-allergioista fenoksietanolille allergisoituneita oli 2,3 %. Luku on selvästi pienempi verrattuna muihin säilöntäaineisiin. Allergia neuvonnan asiakkailta eniten allergiaa aiheutti formaldehydi 79,3 %. Parabeenisekoitukset ovat usein fenoksietanolipohjaisia. Fenoksietanoli on yleinen ainesosa myös parfyymeissä. Fenoksietanoli on synteettinen säilöntäaine. Sitä käytetään usein niin sanotuissa luonnonmukaisissa tuotteissa. Fenoksietanoli saattaa kuitenkin ärsyttää ihoa ja silmiä ja aiheuttaa ihottumaa. (Kousa 2011)

Formaldehydi

Formaldehydiä ei käytetä yleisesti yksinään kosmetiikkatuotteiden säilöntäaineena. Sitä käytetään tyypillisesti yhdisteinä. Tässä tapauksessa yhdisteistä vapautuu tuotteeseen vähitellen formaldehydiä. Lainsäädännön mukaisesti Formaldehydille on määrätty enimmäispitoisuudeksi 0,2 %. Tuotevalmistajien on huolehdittava, että arvo ei ylity, silloin kun käytetään formaldehydin vapauttajia. Jos Formaldehydin 0,05 %:n pitoisuus ylittyy tuotteessa, niin asiasta tulee ilmoittaa pakkausmerkinnöin. Formaldehydi aiheuttaa suhteellisen yleisesti kosmetiikka-allergiaa. Formaldehydivapauttajat (eng. Formaldehyde releaser, Formaldehyde-releasing agent) ovat yleisiä kosmetiikassa. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergia 2018.)

Formaldehydinvapauttajat; Imidazolidinyl urea, Diazolidinyl urea, DMDM Hydantoin, 2-Bromo-2-Nitropropane-1,3-Diol, Sodium Hydroxymethylglycinate, Tris(hydroxymethyl) Nitromethane, 5-Bromo-5-Nitro-1,3-Dioxane. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergia 2018.) Formaldehydivapauttajat hajoavat tuotteessa hitaasti, vapauttaen saman aikaisesti formaldehydiä. Vapautuvan formaldehydin määrä riippuu tuotteesta ja siinä käytetystä formaldehydivapauttajasta. Tuotteen formaldehydipitoisuudeksi voi muodostua esimerkiksi n. 0,002 %. Miedoin formaldehydivapauttaja on 5-Bromo-5-nitro-1,3-dioksaani. Tästä vapautuva formaldehydin määrä on ainakin neutraaleissa tuotteissa vähäinen. Ja sen vuoksi sitä aina edes lasketa kuuluvaksi formaldehydivapauttajiin. Pakkausselosteessa tulee olla merkintä "sisältää formaldehydiä", kun tuotteen formaldehydipitoisuus ylittää 0,05 %. Formaldehydiallergisten tulee siis formaldehydin lisäksi välttää formaldehydivapauttajia sisältäviä kosmeettisia tuotteita. Tosin Formaldehydivapauttajat eivät ole juurikaan sen ärsyttävämpiä säilöntäaineita kuin muutaan kosmetiikan säilöntäaineet. Siinä tapauksessa, kun kuluttajalla ei ole formaldehydiallergiaa. Lisäksi täytyy ottaa huomioon, että esimerkiksi mikrobien kasvu tuotteessa saattaa olla kuluttajalle suurempi riski kuin sen sisältämät säilöntäaineet. (Jolanki 2004.)

Halogenoidut yhdisteet

Halogenoitujen yhdisteiden nimi tulee siitä, että ne sisältävät halogeenialkuaineen. Useat halogenoidut yhdisteet häiritsevät entsyymitoimintaa tai vaikuttavat mikrobisolun seinämän rakenteeseen. Yleisiä halogenoituja yhdisteitä ovat mm. kloorimetyyli-isotiatsolinonin ja 5-bromi-5-nitro-1,3-dioksaani, jodipropyynylibutylikarbamaatti, 2-bromi-2-nitropropani-1,3-dioli (formaldehydin vapauttaja), klooriheksidiini ja triklosaani. Kvaternäärisiä ammoniumyhdisteitä eli kvatteja käytetään kosmetiikassa myös muussa tarkoituksessa kuin säilöntäaineena. Kvatteja käytetään esimerkiksi hiustenhoitotuotteissa sähköisyyttä poistavina ainesosina. Hiustenhoitotuotteissa käytettäviä yhdisteitä ovat esim. bentsalkoniumkloridi, setrimoniumkloridi, bentsetonikloridi ja setyylipyridiniumkloridi. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergia 2018.)

Epäorgaaniset yhdisteet

Epäorgaaniset yhdisteet tulevat pääosin ei-biologisista mineraalilähteistä. Epäorgaaniset hiiltä sisältävät yhdisteet ovat lähinnä syanidisuoloja, hiilen oksideja ja karbonaatteja. Hopeakloridia käytetään jonkin verran erilaisissa tuotteissa. Sen ylin sallittu pitoisuus on 0,004 %:a hopeakloridiksi laskettuna. Sen käyttö on kielletty erityisesti lasten tuotteissa, suuhygieniatuotteissa ja silmille tai huulille tarkoitetuissa tuotteissa. Sallittujen säilöntäaineiden joukossa epäorgaanisia yhdisteitä on hyvin vähän. (Kurimo & Suuronen 2018.)

3.3 Säilöntäaineettomat tuotteet ja luonnonmukaiset säilöntäaineet

Kurimon ja Suurosen 2014 artikkelissa todettiin, että viime vuosina on tullut yhä suositumaksi mainostaa tuotteita säilöntäaineettomina. Säilöntäaineettomissa tuotteissa mikrobien kasvu pitää estää muilla tavoin. Säilöntäaineettomuus lisää vaatimuksia tuotteen hygieenisyydelle. Ja säilöntäaineettomien tuotteiden säilyvyysaika lyhenee. Säilöntäaineettoman tuotteen säilyvyys on testattava ja varmistettava etukäteen. Tuotteen turvallisuusarviointia varten säilyvyyttä edistävien aineosien turvallisuudesta ja pitkäaikaiskäytön vaikutuksista on oltava testatutiedot. Tavallisimpia esimerkkejä muista säilyvyyttä parantavista aineista ovat etanoli, propyleeniglykoli, glyseroli, jotkut eteeriset öljyt, EDTA eli etyleenidiamiinitetraetikkahappo, etyyliheksyyliiglyseriini, erilaiset kasviekemikaalit kuten eugenoli, terpenoidit ja fenolihdisteet, rosmariiniuute, teepuuöljy, usniinihappo ja greipinsiemenöljy. Näiden muiden säilyvyyttä parantavien ainesosien haasteena on se, että ne tehoavat vain osaan mikrobeista. Ja usein näitä aineita tarvitaan suuria määriä, jotta riittävä säilyvyyden teho turvataan. Lisähaasteena tässä on se, että suuret määrät säilöntään tarkoitettuja aineita voivat taas lisätä ihmisten allergiariskiä. (Kurimo & Suuronen 2018.)

Kosmetiikan säilöntäaineissa käytetään siis myös luonnonmukaisia säilöntäaineita. Yrttejä ja mausteita on käytetty säilöntäaineina jo antiikin ajoista lähtien. Niiden antimikrobiset ominaisuudet lisäävät mm. elintarvikkeiden turvallisuutta ja säilyvyyttä. Luonnonmukaisten säilöntäaineiden kysyntä on koko ajan kasvanut. Kosmetiikkateollisuudessa on hiljattain käytetty kasviuutteita, joilla on antimikrobisia vaikutuksia. Tällainen kasviperäinen säilöntäaine on esimerkiksi Cinnamomum- kasvilaji. Se sisältää monia antibakteerisia yhdisteitä. (Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergia 2018.)

Kuluttajat ovat yhä enemmän tietoisempia henkilökohtaisesta terveydestä ja turvallisuudestaan. Ja he toivovat turvallisempaa kosmetiikkaa, joka ei sisällä haitallisia kemikaaleja. Säilöntäaineet sisältävät erittäin runsaasti erilaisia kemikaaleja. Ja tästä syystä kosmetiikkateollisuus on kiinnostunut etsimään uusia luonnollisia säilöntäaine vaihtoehtoja. Nyt saatavilla olevien luonnollisten säilöntäaineiden määrä on melko vähäinen. Aktiivisten metaboliittien ja uusien luonnollisten ainesosien kehittäminen ovat usein pitkiä tutkimus- ja tuotantoprosesseja. Yksi uusien luonnollisten säilöntäaineiden liittyvä suunnitteluprosessi perustuu Santolina chamaecyparissus uutteeseen. Ja sen tehokkuutta kosmetiikan säilyvyyteen arvioidaan. (Kerdudo, Burger, Merck, Dingas, Rolland, Michel, Fernandez, 2018.)

3.4 Säilöntäaineet ja allergiat

Säilöntäaineeton kosmetiikka voi aiheuttaa ihmiselle terveystarpeita. Tuotteen mikrobisaastuminen voidaan estää säilöntäaineilla. Tuote voi pilaantua esimerkiksi tuotteen raaka-aineista, vedestä tai ilmasta. Tuote voi pilaantua, jos sitä käytetään väärin tai tuotepakkaus on viallinen. Kaikki mikrobit eivät ole terveydelle haitallisia. Osa mikrobeista voi kuitenkin aiheuttaa terveyshaittoja. Erityisesti rikkoontunut iho, limakalvot ja niiden ympäristö ovat alttiita haitallisten mikrobien aiheuttamille infektioille. Tyypillisempiä terveyshaittoja ovat iho- ja silmätulehdukset. Silmien alueen kosmeettisia tuotteita, kuten ripsiväriä, luomiväriä, silmänrajauskynää ja silmämeikinpoistoainetta käytetään kosmetiikassa korostaen silmiä tai puhdistamaan silmäluomia. Nämä kaikki tuotteet sisältävät mikrobien kasvua estäviä säilöntäaineita esimerkiksi bentsoalkoniumkloridi (BAK) ja formaldehydi (FA) vapauttavat säilöntäaineet. Kosmeettiset säilöntäaineet, kuten BAK ja FA voivat aiheuttaa monia toksisia vaikutuksia silmän pinnan soluihin. Ja erityisesti silmien alueen kosmetiikan säilöntäaineisiin kiinnitetään jatkotutkimuksissa erityistä huomiota. (Helsingin allergia- ja astmayhdistys.) Säilöntäaineet ovat hajusteiden ja hiusväriaineiden ohella merkittävimpiä allergiaa aiheuttavia aineosia kosmetiikassa. Kosmetiikan säilöntäaineet aiheuttavat yleensä ihokosketusallergiaa. Ihottumaa voi tulla sille ihoalueella, mille kyseistä säilöntäainetta sisältävää tuotetta on käytetty. Artikkelin mukaan vain osa säilöntäaineista aiheuttaa allergiaa. Allergiaa aiheuttavista säilöntäaineista yleisimpiä ovat formaldehydin vapauttajat ja isotiatsoli. (Kurimo & Suuronen, 2018.)

4 Mikrobit

Tässä opinnäytetyössä mikrobeja, mikrobilajeja ja niiden yleisyyttä käsitellään lyhyesti sekä kosmetiikan säilyvyyden, kosmetiikan hygieenisen käsittelyn ja käsihygienian näkökulmista. Ympärillämme on runsaasti mikrobeja, joita ei voi nähdä paljailla silmillä. Osa niistä on bakteereja, sieniä ja alkueläimiä. Kun bakteereita on runsaasti lähekkäin, niin ne muodostavat pesäkkeitä ja ne voidaan nähdä paljailla silmilläkin. Virukset ovat myös mikrobeja ja ne ovat muita mikrobeja pienempiä. Mikrobien kasvuun vaikuttavat lämpötila, kasvuympäristön ravinto- ja suolapitoisuus, hapen määrä, happamuus ja kosteus. Kaikilla mikrobeilla on niille ominainen ja paras kasvu lämpötila, missä ne lisääntyvät nopeimmin. Tautia aiheuttavien mikrobien optimilämpötila on sama kuin ihmiskehon normaali lämpötila 35-37 astetta. Kun ihmiskehon lämpötila nousee kuumeessa yli 37 asteen, niin mikrobien kasvu ja lisääntyminen hidastuu ja jopa pysähtyy. Suurin osa taudinaiheuttajista viihtyy parhaiten neutraalissa pH:ssa (pH7). Useimpien taudinaiheuttajien mikrobien kasvu pysähtyy, jos pH laskee tai nousee. Ja useimmat mikrobit vaativat kosteita oloja ja runsaasti ravinteita lisääntyäkseen. Kontaminaatiossa on kyse tartunnasta, jossa mikrobit viipyvät vain lyhyen aikaa iholla tai limakalvolla. Kolonisaatiossa on kyse tartunnasta, jossa mikrobit ovat asettuneet elimistöön normaaliflooran osaksi, mutta eivät aiheuta oireita kantajalleen. Kaikista tunnetuista bakteerilajeista vain noin sata lajia voi aiheuttaa ihmiselle taudin. Yksi yleisimmistä on stafylokokki. (Karhumäki, Jonsson & Saros 2016.)

4.1 Mikrobilajit

Escherichia, *Salmonella*, *Shigella* ja *Yersinia* ovat tärkeimmät Enterobacteriaceae-heimon bakteerilajit. Nämä bakteerit ovat gramnegatiivisia sauvabakteereita ja ne muistuttavat toisinaan rakenteellisesti ja kasvuominaisuuksiltaan. Useimpien kasvuympäristö on ihmisen tai eläinten suolisto. Ja siksi niitä kutsutaan usein yhteisnimellä enterobakteerit. (Siitonen & Vaara 2010.) Salmonellat ovat *E. coli*n ja yersinioiden ohella Enterobacteriaceae-heimon tärkeimmät patogeenit eli taudinaiheuttajat. Ne aiheuttavat sekä suolisto- ja yleisinfektioita. Salmonellat eivät kuulu ihmisen suoliston normaaliflooraan. Eräät tasalämpöisillä tavattavat salmonellatyyppit ovat varsin isäntäspesifisiä. Ne aiheuttavat isäntälajissaan vaikeita infektioita, mutta ovat muille lajeille vähemmän tauteja ja lisääntyvät niiden elimistössä huonommin. Pääosa salmonellatyypeistä viihtyy hyvin monien eri lajien suolistossa. Salmonellat ovat tyypillisiä gramnegatiivisia sauvoja. Salmonella-sukuun kuuluu kaksi lajia: *Salmonella enterica* ja *Salmonella bongori*. Ihmisellä tavattavat salmonellainfektiot ovat kahta päätyyppiä: toisaalta vakavia, bakteereemisia yleisinfektioita ja toisaalta suolen seinämään rajoittuvia enteriittejä. (Siitonen & Vaara 2010.)

Kaikki shigellat aiheuttavat ihmiselle tautia. Ne eivät kuulu suoliston normaaliflooraan. Shigelloosi (dysenteria, punatauti) on salmonellaenteriittiä muistuttava suolistotulehdus. Shigelloilla on suurempi taipumus tunkeutua suolen seinämään kuin salmonelloilla. Ne tunkeutuvat epiteelisolujen läpi aina tyvikalvoon asti. Shigellojen joutuminen vereen on äärimmäisen harvinaista. Shigelloosi on tyypillinen suolistoinfektio. Terveillä ja hyväkuntoisilla henkilöillä tartunta johtaa yleensä lievään tautiin. Ihminen on shigellojen ainut isäntä, joten epidemiat eivät leviä eläinten välityksellä. Toisin kuin esim. salmonella infektiot shigellat leviävätkin merkittävästi myös kosketustartuntana. Suuri ihmistiheys sekä yleiskuntoa ja hygieniää huonontavat tekijät ovat riskitekijöitä. Shigelloosi leviää tehokkaasti kehitysmaissa ja poikkeusoloissa. (Siitonen & Vaara 2010.)

Sieni-infektioiden merkitys on kasvanut 20:n viime vuoden aikana. Sieni-infektioiden kasvua ovat olleet edesauttamassa hoitokäytäntöjen muuttuminen ja kehittyminen, lisääntynyt kansainvälinen matkailu sekä lisääntynyt mikrobilääkkeiden käyttö. Taudinaiheuttajien joukkoon on tullut myös uusia sienilajeja samalla kun joidenkin lajien merkitys taudinaiheuttajina on vähentynyt. Muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta infektion aiheuttava sieni onkin peräisin ympäristöstä ja infektio saa alkunsa joko hengitysteiden tai ruuansulatuskanavan kautta tai sieni pääsee elimistöön vamman seurauksena. Pinnallisilla sieni-infektioilla tarkoitetaan ihon, kynsien ja hiusten sekä limakalvojen infektiota. Tärkeimmät tämän ryhmän infektiot ovat silsoja ja pinnallisia hiivainfektioita. Infektiot ovat tavallisesti lieviä. (Siitonen & Vaara 2010.)

4.2 Mikrobien leviäminen

Mikrobit voivat tarttua eri tavoin joko suoraan ihmisestä toiseen tai välivaiheiden kautta. Tärkeimpiä tartuntateitejä ovat kosketus-, pisara, ja ilmatietartunta. Kosketustartunta voi olla suora tai epäsuora. Tartuntatapa on suora, kun mikrobit siirtyvät suoraan ihmisestä toiseen, kuten iholta iholle tai limakalvolta limakalvolle. (Karhumäki ym. 2016.) Mikrobit voivat levitä myös oven kahvasta, esineiden pinnalta tai käsiteltäessä kosmetiikkapakkausta. Kosketustartuntana leviävät hyvin monet tavalliset taudinaiheuttajat, kuten nuhakuumetta aiheuttavat virukset. Kosketustartuntana leviävät taudinaiheuttajat voivat tulla käsiin aivastaessa, ulosteesta WC:ssä käynnin jälkeen ja sairastuneen käytössä olleista tavaroista tai esineistä. Jos sairastunut henkilö koskettaa likaisella kädellä esim. puhelimeen, virus jää elämään puhelimen pinnalle. Flunssaa aiheuttavat virukset voivat elävät jopa 72 tuntia koneen tai laitteen pinnalla. On tutkittu, että noin 80 % tartunnoista leviää likaisten käsien avulla. Influenssavirus leviää kosketus- ja pisaratartuntana. Influenssaviruksia ei voi välttää, koska busseissa ja kaupakeskuksissa liikkuu paljon sairastuneita. (Anttila, Hellstén, Rantala, Routamaa, Syrjälä, & Vuento, 2010.)

5 Kosmetiikka tuotteiden hygieeninen käsittely

Kosmetiikkamyynnin tulee edistää tuotteiden oikeaa käsittelyä ja ohjeistaa asiakkaita oikeanlaiseen tuotteiden käsittelyyn (Teknokemian Yhdistys ry.) Säilyvyys paranee, kun tuotteen kansi suljetaan huolellisesti ja tuotetta käytetään säilyvyysmerkintöjen mukaisesti. Tuotteita ei pidä laimentaa vedellä tai sekoittaa keskenään. On hyvä muistaa myös, että kosmetiikkatuotteet ovat aina henkilökohtaisia. Henkilökohtaisia kosmetiikkaa ei suositella annettavaksi muille käyttöön. Kosmetiikkatuotteiden säilytystilan tulisi olla viileä mutta ei jääkylmä. Piilaantunut kosmetiikkatuote muuttuu sameaksi tai se voi muuten muuttaa väriään. Vanhentuneeseen kosmetiikkatuotteeseen voi tulla epämiellyttävää hajua ja samalla tuotteen koostumus voi jollain tavalla muuttua. (Teknokemian Yhdistys ry.) Opinnäytetyön liitteenä on ohjeistus kosmetiikkatuotteiden oikeanlaisesta käsittelystä.

5.1 Hyvän käsihygienian toteutuminen

Käsihygienialla tarkoitetaan käsiin kohdistuvia toimenpiteitä, joilla vähennetään infektioiden ja niitä aiheuttavien mikrobien siirtymistä käsien välityksellä. Infektiot leviävät yleisimmin käsien välityksellä, kosketustartuntana. Hyvän käsihygienian noudattaminen estää tehokkaasti tartuntoja. Käsihygienia on edullinen ja helposti toteutettava varotoimi. Kosmetiikkatuotteita tulee käsitellä aina puhtailla käsillä ja puhtailla työvälineillä. Useimpien tutkimusten mukaan käsihygienian toteutumisessa on edelleen puutteita. Se on kuitenkin kiistatta tehokkain yksittäinen toimenpide, jolla infektioiden leviäminen voidaan ehkäistä. (Rautava-Nurmi, Westergård, Henttonen, Ojala & Vuorinen 2019.) Kosketustartuntaa voidaan välttää huolellisella ja tarkoituksenmukaisella käsien pesulla, käsihuuhteen käytöllä sekä yleisellä siisteydellä ja huolellisuudella (Karhumäki ym. 2016).

Hyvässä käsihygieniassa olennaista on se, että käsien iho on ehjä ja terve. Ehjän ihon puhdistaminen on hygieenisempää ja helpompaa kuin karhean tai rikkiäisen ihon. Rikkiäinen ja karhea käsien iho on hyvä mikrobien kasvualusta. (Ylitupa 2017.) Käsien ihoa tulisi rasvata laadukkailla käsivoiteilla sekä työssä että vapaa aikana. Kynsivallitulehdukset ja muut ihottumat olisi hoidettava välittömästi. Lisäksi käsien ehjä ja terve iho muodostaa työntekijälle paremman suojan tartuntoja vastaan. On myös hyvä huomioida se, että korut, sormukset ja kello kädessä hankaloittavat käsien puhdistusta ja keräävät alleen paljon mikrobeja. Usein sormusten alle jää pesuainejäämiä ja kosteutta, jotka voivat aiheuttaa ihottumaa. Sormusten alla on enemmän mikrobeja kuin muualla käsien iholla. Kynsien alla on suurin osa käsien mikroobeista. Kynsien kunnosta huolehtiminen on tärkeä osa käsihygieniää. (Ylitupa 2017.) Käsien desinfiointi saattaa vaikuttaa kynsien kuntoon. Käsien desinfektioon tarkoitettujen alkoholipitoiset huuhteet liuottavat ja haperoittavat lakattujen kynsien lakkapintaa. Tämä oletettavasti lisää mikrobimääriä ja lisää lakan lohkeamistodennäköisyyttä. Rakennekynsien liima-aine saattaa myös vahingoittaa kynsiaihetta, josta uusi kynsi kasvaa, jopa niin pahoin, että kynsi

irtoaa. Kynsiaihe voi jopa vioittua lopullisesti eikä kasva enää uudestaan. (Terveyden-ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

5.2 Käsien desinfiointi ja pesu

Käsien desinfiointin tarkoituksena on poistaa ympäristöstä käsiin joutuneet mikrobit. Alkoholi- ja alivalmisteen hierominen käsiin tuhoaa bakteerit ja se tehoaa samalla myös useimpiin viruksiin. Käsihuuhteen oikea aikainen käyttö mahdollistaa myös sen, että käsihuuhtetta käsiin levitettäessä voidaan samanaikaisesti siirtyä työtilanteesta tai työpisteestä toiseen. Desinfiointiteho on sitä parempi, mitä pidempään kädet ovat kosteat käsihuuhteesta. Alkoholipitoisten käsihuuhteiden käyttö on käsien ihon kannalta ystävällisempää ja tehokkaampaa kuin käsien pesu vedellä ja saippualla. (Terveyden-ja Hyvinvoinnin laitos 2019.) Alkoholipitoisiin käsihuuhteisiin on lisätty hoitavia ainesosia (esimerkiksi glyseriiniä). Alkoholiliuos ilman hoitavaa ainesosaa ei yleisesti sovi käsihuuhteeksi. Hoitavien aineiden avulla käsien iho pysyy hyvässä kunnossa. Käsien ihon hoito on tärkeää, koska kädet ovat ihmisen tärkein työväline. Käsihuuhteen käyttö on myös erittäin hyvä käsien ihon kuntotesti. Vaurioitunutta ihoa tai pientä nirhaumaa ei välttämättä havaitse silmin. (Rautava-Nurmi ym. 2019.) Nykyisen tiedon mukaan käsihuuhte sopii myös atoopikoille eikä sen käyttö pahenna entisestään ärtynyttä ihoa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019).

Talvikuukausina, normaalioloissa, jolloin iho kuivuu ja rohtuu helposti, voidaan käsienpesuaineena käyttää kosteusvoidetta tai pesuvoidetta saippuanesteen tapaan. Saippualliuosten annosteluun suositellaan kertakäyttöannostelua. Pumpupullot ovat hygieenisempiä ja kertakäyttöisiä. Käsienpesunesteeksi valitaan tuote, joka ei kuivata tai ärsytä ihoa ja huuhtoutuu käsistä helposti. Perinteistä palasaippuaa ei pidä käyttää, koska samaa palasaippuaa koskettelee useat työntekijät ja sen pinnalla mikrobit kasvavat hyvin. Tavallisella saippualliuoksella iholla olevia mikrobeja voidaan vähentää merkittävästi bakteerilajin ja kontaminaatioasteen mukaan. Kädet on hyvä pestä vedellä ja saippualla työvuoron alussa työhön tullessa ja sieltä lähtiessä sekä silloin, kun ne ovat näkyvästi likaiset. Käsien pesua suositellaan, jos kädet tuntuvat tahmeilta sekä luonnollisesti aina WC:ssä käynnin jälkeen. Käsienpesulla on tarkoitus puhdistaa kädet liasta ja eritteistä sekä vähentää väliaikaista mikrobiflooraa. Toistuva vesipesu voi kuivattaa käsiä. Tässä tapauksessa käsienpesua vedellä ja saippualla voi vähentää ja lisätä käsien desinfiointia alkoholipitoisella käsihuuhteella. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

5.3 Hyvän käsihygienian opettaminen ja ohjaaminen

Hyvän käsihygienian opettaminen ja ohjaaminen ovat keskeinen asia uusien työntekijöiden perehdytyksessä. On hyvä luoda yhteiset pelisäännöt hyvän käsihygienian noudattamiseksi. Esimiesasemassa olevien henkilöiden esimerkillä on käsihygienian toteutumista tehostava vaikutus. Kokeneimpien työntekijöiden pitää opastaa ja ohjata uudempia työntekijöitä. Käsihygienian on hyvä ottaa osaksi keskeistä ammattitaitoa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Hyvän käsihygienian noudattamiseksi työyksikössä on kiinnitettävä huomiota käsienvesutilojen ja käsihuhdeannostelijoiden määrään ja sijoitteluun. On tärkeää huomioida käsienvesupaiikat. Käytettävien käsienvesuaineiden ja käsihuhdeiden on oltava miellyttäviä käyttää. Niiden ei tule aiheuttaa ihon ärsytystä tai kuivumista. Miellyttäväksi ja hyväksi koettu käsienvesuaine ja käsihuhde lisäävät henkilökunnan käsienvesu- ja desinfektiohalukkuutta. Tästä syystä henkilökunnan palaute käsienvesuaineen tai käsihuhdeiden epämiellyttävyydestä on otettava huomioon. On hyvä, että käsienvesuun ja käsidesinfektioon on tarjolla erilaisia vaihtoehtoja. Käsienvesu-ongelmien tavallisimpia syitä ovat liiallinen vesi, kuuman veden käyttö ja huolimaton käsienvesu. Jokainen pesukerta kuivattaa ihoa, poistaa iholta rasvoja ja ihon pH nousee. Runsaat ja toistuvat pesut aiheuttavat voimakkaimmat iho muutokset. Olennaisinta käsihygienian toteutumisessa on löytää oikea aika ja paikka käsienvesun tai käsidesinfektioon. (Ylitupa 2017.) Opinnäytetyön liitteenä on ohjeistus oikean käsihygienian toteutumiseen.

6 Tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön teemahaastattelun tarkoituksena oli kartoittaa kosmetiikkamyymälöiden tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, kosmetiikan puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta. Opinnäytetyön teemahaastattelun aineiston analysoinnin tavoitteena on tuottaa uutta tietoa henkilökunnan koulutukseen ja lisätä keskustelua tästä tärkeästä ja erittäin ajankohtaisesta aiheesta.

Tutkimuskysymykset

1. Minkälaista tietoa kosmetiikkamyymälöillä oli kosmetiikan säilyvyydestä?
2. Minkälaista tietoa kosmetiikkamyymälöillä oli kosmetiikan puhtaasta käsittelystä?
3. Minkälaista tietoa kosmetiikkamyymälöillä oli käsihygieniasta?

7 Tutkimuksen toteutus

Kosmetiikkamyymien teemahaastattelut toteutettiin pääkaupunkiseudun tavaratalon kosmetiikkaosaston kuudelle kosmetiikkamyymälälle. Kosmetiikkaosasto on laaja ja sen bränditarjonta on monipuolinen. Osastolla työskentelee kymmenen kosmetiikkamyymälää ja tämän lisäksi osastolla työskentelee useiden kosmetiikkabrändien konsulentteja. Tämä opinnäytetyö on työelämälähtöinen. Työelämäyhteistyö osaston toiveesta tässä opinnäytetyössä on tutkimuksellisenä osiona kosmetiikkamyymien teemahaastattelut. Tähän teemahaastatteluun saatiin tavaratalon kosmetiikkaosaston esimieheltä kirjallinen lupa ja sopimus.

7.1 Tutkimusmenetelmän kuvaus

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä hyödynnettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Laadullisen tutkimuksen avulla pystytään ymmärtämään, kuvaamaan ja selittämään ilmiötä ja sen syitä syvällisesti (Kananen 2008). Tutkittavana olevat henkilöt saavat kertoa melko vapaamuotoisesti omista kokemuksistaan, mielipiteistään ja niiden syistä. Näin päästään laadulliselle tutkimukselle taustoja ja ihmisten mielipiteitä, asenteita, uskomuksia ja kokemuksia kuvaileviin tuloksiin. (Kankkunen & Vehviläinen Julkunen 2013.)

Laadullisella tutkimuksella pyritään tuloksiin ilman tilastollisia menetelmiä ja aineisto koostuu sanoista ja lauseista numeroiden sijaan. Toisin kuin määrällisessä tutkimuksessa, laadullisen tutkimuksen toteuttamiseen ei ole tarkkoja viitekehyksiä ja tutkimuksen eri vaiheissa voidaan palata tarkastelemaan aineistoa uudelleen. (Kananen 2008) Laadullisen tutkimuksen tyypillisempiä piirteitä on se, että kaikki tieto, mitä kerätään, liittyy aina ihmisten tuottamiin merkityksiin. Laadullisessa tutkimusmenetelmässä suositaan yleisesti aineistolähtöistä analyysia. Laadullisessa tutkielmassa tutkittavat valitaan tarkoituksenmukaisesti ja tutkittavien joukko on usein pieni ja tulokset ovat ainutlaatuisia koskien vain tätä aineistoa eli tuloksissa ei haeta yleistettävyyttä. (Tuomi & Sarajärvi 2012.)

7.2 Teemahaastattelun toteutus

Tämän teemahaastattelun aineistonkeruumenetelmä oli puolistrukturoitu teemahaastattelu. Teemahaastattelun kysymykset ryhmiteltiin teemoittain. Teemahaastattelun teemoiksi muodostuivat kolme pääteemaa; Kosmetiikkatuotteiden säilyvyys, kosmetiikkatuotteiden puhdas käsittely ja käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyymälän työssä. Opinnäytetyön haastattelumuotona oli yksilöhaastattelu. Tutkimukseen osallistuvia informoitiin etukäteen teemahaastattelun saatekirjeellä. Saatekirjeessä oli tietoa tutkimuksen tavoitteesta ja tarkoituksesta, tutkimusmenetelmästä ja tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Haastateltaville on selvitettävä ennen haastattelua, miten heidän anonymiteettinsa suojataan sekä miten tutkimusaineisto hävitetään aineiston analysoinnin jälkeen (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen

2013). Tutkimusaineiston keruussa suositellaan hyödyntämään teknisiä apuvälineitä kuten puheen nauhoitukseen soveltuvaa nauhurin tai matkapuhelimen puheen tallennustoimintoa. Tämä on tärkeää siksi, että aineistoon pystytään tarvittaessa palaamaan analyysivaiheessa yhä uudelleen.

Haastattelutilanteeseen on hyvä ottaa useampia tallennuslaitteita, jotta haastattelut pysyvät luotettavammin tallessa. Haastattelutilanteessa nauhurin paikka ja sen toimivuus sekä äänen laatu on hyvä tarkistaa ennen haastattelun alkua. Onnistuneen haastattelutilanteen näkökulmasta on tärkeää valita haastatteluille miellyttävä ja tuttu paikka. Paikan valinnan tarkoituksena on edistää turvallisen ilmapiirin syntymistä. Haastatteluja ei ole hyvä aloittaa heti suoraan tutkittavasta aiheesta, vaan aluksi on tärkeää käyttää aikaa tutustumiseen, jotta jokaiselle syntyisi tunne luontevasta ja mukavasta haastatteluilmapiiristä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013.) Tutkijan kielenkäyttö, sanaton viestintä, persoona ja oma olemus vaikuttavat haastattelun kulkuun ja sen onnistumiseen (Kylmä & Juvakka 2007).

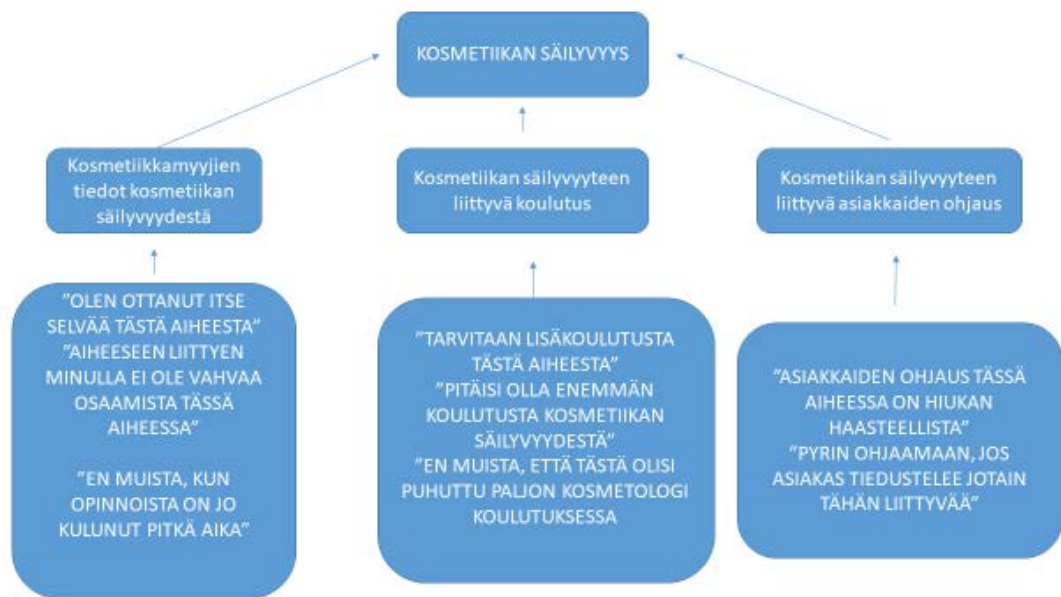
Tämän opinnäytetyön teemahaastattelujen aineiston analysoinnissa hyödynnettiin Miles ja Hubermanin toteuttamaa sisällön analyysiä (1994). Tässä sisällön analyysissä saatu aineisto redusoidaan eli pelkistetään ja klusteroidaan eli ryhmitellään. Ja lopuksi koko aineisto abstrahoidaan eli luodaan alakategorioita, yläkategorioita ja yhdistäviä kategorioita. Tässä teemahaastattelun aineistonkeruussa käytettiin jo valmiiksi laadittuja haastattelun teemoja. Tämä helpottaa aineiston analysointia. Teemahaastattelun teemoina olivat kolme pääteemaa; kosmetiikkatuotteiden säilyvyys, kosmetiikkatuotteiden puhdas käsittely ja käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyymälän työssä. Tämän opinnäytetyön aineiston analysointi aloitettiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä ja haastatteluaineiston litteroinnilla. Tämän jälkeen aineistosta muodostettiin havaintoja yksittäisistä ilmiöistä ja lopuksi yksittäiset ilmiöt yhdistettiin laajemmaksi kokonaisuudeksi. Teemahaastattelun aineiston analyysiyksiköksi voidaan valita sana, lause, lauseenosa, teema tai ajatuskokonaisuus (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009).

8 Teemahaastattelun tulokset

Teemahaastattelun kolme pääteemaa olivat; Kosmetiikkatuotteiden säilyvyys, kosmetiikkatuotteiden puhdas käsittely ja käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyymälän työssä. Tässä teemahaastattelujen tulos kappaleessa käsitellään kosmetiikkamyymälän teemahaastattelujen aineiston tuloksia teemoittain. Teemahaastattelun runko on opinnäytetyön liitteenä.

8.1 Kosmetiikan säilyvyys

Teemahaastattelun ensimmäisessä teemassa kosmetiikkamyjiltä tiedusteltiin tietoa kosmetiikkatuotteiden säilyvyydestä. Tämän lisäksi heiltä tiedusteltiin minkälaista koulutusta he ovat saaneet kosmetiikan säilyvyydestä ja miten he työssään ohjaavat asiakasta kosmetiikan säilyvyys asiassa.



Kuvio 1 teema: Kosmetiikan säilyvyys

Osa vastaajista koki kosmetiikan säilyvyys aiheen haasteellisena, koska omasta alan koulutuksesta oli kulunut pitkä aika. Tämän lisäksi osa vastaajista koki, että he joutuvat itse ottamaan selvää juuri kosmetiikan säilyvyyttä koskevista asioista. Toisaalta teemahaastattelujen tuloksista ilmeni, että kosmetiikkatuotteiden tuotekuvaukset ovat nykyisin tehty tarkasti ja monipuolisesti ja niistä saa hyvin tietoa kosmetiikan säilyvyyden aineosista.

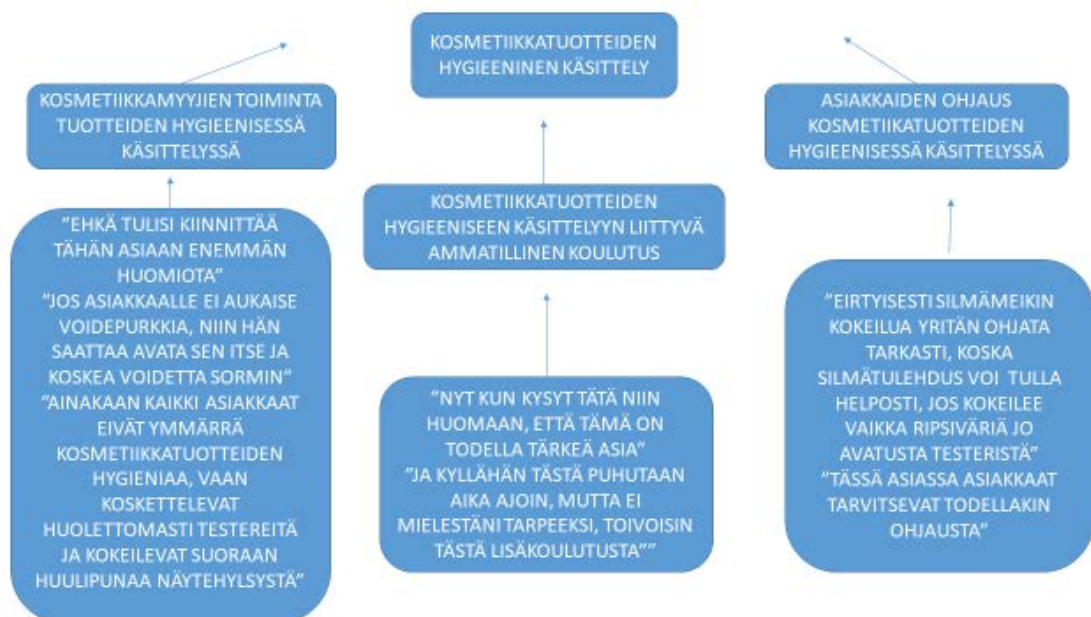
Kosmetiikan säilyvyyttä koskeva lisäkoulutus oli useamman vastaajan toiveena. Lisäksi mainittiin, että tästä aiheesta on todella vähän koulutusta. Opinnäytetyön toieteoreettisessa viitekehityksessä EU:n kosmetiikka lainsäädännössä todetaan kosmetiikan säilöntäaineista, että kosmetiikan säilöntäaineiden tulee tehoa mahdollisimman pitkäaikaisesti monenlaisiin mikrobeihin. Säilöntäaineiden tulee olla mm. vesiliukoisia, kemiallisesti muuttumattomia tai hajota ja toimia toivotulla tavalla. Säilöntäaineet eivät saa huonontaa tuotteen tehoa. Tämän lisäksi niiden on oltava mielellään hajuttomia ja värittömiä. Erityisesti säilöntäaineita täytyy voida käyttää turvallisesti. Näitä kaikkia toivottavia ominaisuuksia ei useinkaan saada käyttämällä

tuotteessa vain yhtä säilöntäainetta. Toivottavan tuloksen saavuttamiseksi tarvitaan useamman säilöntäaineen seos. (EU:n kosmetiikka lainsäädäntö)

Kosmetiikan säilyvyyttä koskeissa vastauksissa kosmetiikkamyjät olivat tietoisia siitä, että kosmetiikan säilyvyydestä tulisi keskustella enemmän asiakkaiden kanssa. Asiakkaiden ohjaus tässä aiheessa koettiin kuitenkin haasteellisena. Toisaalta asiakkaat tiedustelevat harvoin kosmetiikan säilyvyydestä ostaessaan yksittäistä tuotetta. Moni vastaaja kiinnitti kuitenkin tähän asiaan huomiota ja totesi, että jatkossa he kiinnittävätkin enemmän huomiota myös kosmetiikan säilyvyys asian informoimiseen. Tämän teemahaastattelun mukaan yleisempiä asiakaille ohjattava asioita olivat mm. kosmetiikan valolta suojaaminen ja kosmetiikan säilyvyys yleisellä tasolla. Teknokemian yhdistyksen mukaan kosmetiikkatuotteissa tulee olla säilyvyyttä kuvaava merkki ja merkintä säilyvyydestä. Tiimalasi-symbolia käytetään, kun tuote säilyy enintään 30 kuukautta. Kielimerkinnät tulee olla sekä suomen- että ruotsin kielisenä. Merkintä on oltava sekä käyttöpakkauksessa että ulkopakkauksessa. Tuotteessa tulee olla merkintä tai lause ”parasta käytettynä ennen”, jonka jälkeen merkitään säilyvyyden ajankohta. (Teknokemian Yhdistys ry.)

8.2 Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely

Tämän opinnäytetyön teemahaastatteluun toisessa teemassa kosmetiikkamyjiltä tiedusteltiin kosmetiikkatuotteiden hygieenisestä käsittelystä. Tässä teemassa tiedusteltiin myös kosmetiikkamyjien kosmetiikkatuotteiden hygieeniseen käsittelyyn liittyvästä koulutuksesta ja asiakkaiden ohjauksesta.



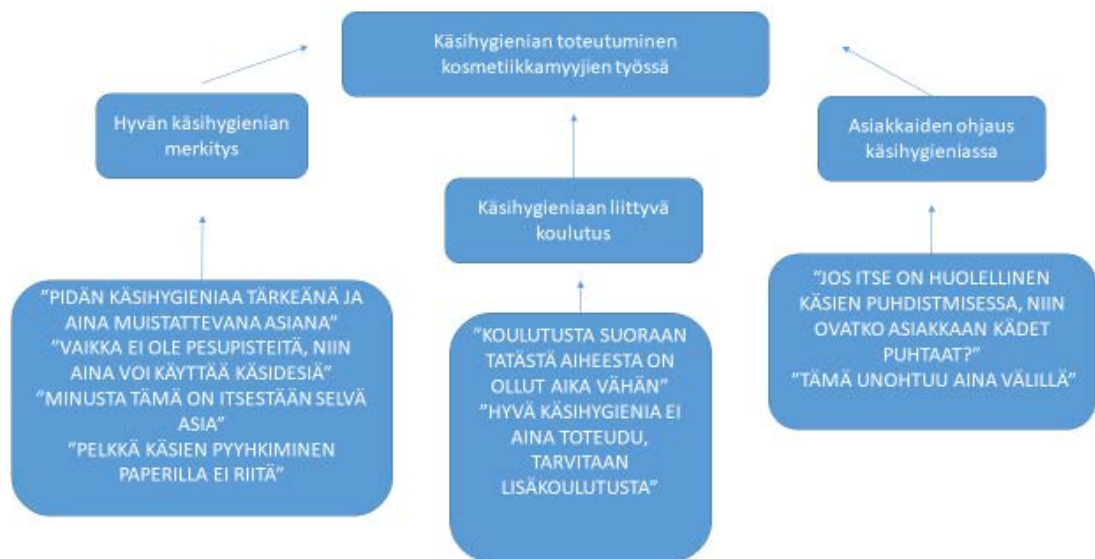
Kuvio 2 TEEMA: Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely

Teeman kaksi vastauksista voitiin päätellä, että kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittelykin koettiin merkityksellisenä ja tärkeänä asiana. Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely yhdistettiin vastauksissa usein käsihygieniaan. Ja yleisellä tasolla myyjät tarkkailevat kosmetiikan hygieenisessä käsittelyssä asiakkaiden toimintaa. Myyjät pyrkivät omalla toiminnallaan ohjaamaan asiakasta käyttämään spaattelia tai erillistä kokeilutyynyä, kun he käsittelevät kosmetiikkanäytteitä. Aineiston analyysissä tuli esiin, että asiakkaat koskettelevat näytteitä ja näytepurkkeja melko huolettomasti. Kosmetiikkamyymälät olivat kiinnittäneet tähän asiaan huomiota ja jatkossa he kertoivat ohjeistavansa asiakkaita enemmän kosmetiikkanäytteiden hygieenisempään käsittelyyn. Teknokemian yhdistyksen mukaan kosmetiikkamyymälän tulee edistää tuotteiden oikeaa käsittelyä ja ohjeistaa asiakkaita oikeanlaiseen tuotteiden käsittelyyn. Tuotteita ei pidä laimentaa vedellä tai sekoittaa keskenään. On hyvä muistaa myös, että kosmetiikkatuotteet ovat aina henkilökohtaisia. Henkilökohtaista kosmetiikkaa ei suositella annettavaksi muille käyttöön. (Teknokemian yhdistys ry.)

Kosmetiikkamyymälät toivoivat koulutusta tähänkin aiheeseen. Osa vastaajista koki, että kosmetiikan hygieeninen käsittely on itsestään selvä asia. Tässä tutkimuksessa asiakkaiden ohjaus kosmetiikkatuotteiden hygieeniseen käsittelyyn koettiin yhtä tärkeäksi asiaksi kuin käsihygienian toteutuminen. Haastatteluissa tuli selkeästi esiin myös jatkuvan koulutuksen merkitys. Koulutuksen tulee olla jatkuvaa ja ajantasaista. Kosmetiikkamyymälien mukaan ohjeistuksien tulisi olla mahdollisimman yksinkertaisia ja selkeitä. Hiukan yllättävä tulos oli, että kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely merkitsee osalle kosmetiikkamyymäläiä ehkä hiukan eri asiaa kuin asiakkaille. Osa kosmetiikkamyymälästä yhdisti tämän teeman käsihygieniaan. Tämän tutkimuksen mukaan asiakkaat tiedustelivat harvemmin kosmetiikkamyymälästä kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä. Kosmetiikkamyymälästä oli tiedusteltu muun muassa sitä, että voiko puhtailla sormilla koskea voidepurkin sisältöä tai voiko huulipunaa käytön jälkeen puhdistaa. Kosmetiikkamyymälien mukaan asiakkaat tarvitsevat ohjausta esimerkiksi näytetuotteiden hygieenisestä käsittelystä ja huulipunun sekä silmämeikkien oikeanlaisesta testaamisesta. Ja yleisellä tasolla kosmetiikkatuotteiden hygieniasta koskevista asioista keskusteleminen tai aiheesta ohjaaminen oli tämän aineiston mukaan suhteellisen vähäistä. Yksi kosmetiikkamyymälä kertoi ohjanneensa asiakasta tuotteen säilytyslämpötilasta ja asiakkaan kotona olevan kosmetiikkatuotteen mahdollisesta pilaantumisesta. Pilaantuneen kosmetiikkatuotteen tunnistamiseen on ohjeita esimerkiksi Teknokemian yhdistyksen nettisivuilla. Teknokemian yhdistyksen mukaan kosmetiikkatuotteiden säilytystilan tulisi olla viileä mutta ei jääkylmä. Pilaantuneen kosmetiikkatuotteen tunnistaa siitä, että se muuttuu sameaksi tai se voi muuten muuttaa väriään. Vanhentuneeseen kosmetiikkatuotteeseen voi tulla epämiellyttävää hajua ja samalla tuotteen koostumus voi jollain tavalla muuttua. (Teknokemian Yhdistys ry. 2019.)

8.3 Käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyynnin työssä.

Teemassa kolme kosmetiikkamyynniltä tiedusteltiin, mitä hyvä käsihygienian heille merkitsee. Millaista koulutusta kosmetiikkamyynit ovat saaneet hyvän käsihygienian toteutumisesta. Ja miten he ohjaavat asiakasta käsihygienian toteutumisessa.



Kuvio 3 TEEMA: Käsihygienian toteutuminen

Tämän kosmetiikkamyynnille toteutetun teemahaastattelun tulosten mukaan käsihygienian toteutumista pidettiin tärkeänä ja merkityksellisenä asiana kosmetiikkamyynnin työssä. Vastajat kertoivat toteuttavansa käsihygieniata niin hyvin, kuin se on jokapäiväisessä työssä mahdollista. Tutkimuksen mukaan kosmetiikkamyynit pesevät käsiään aina tauoilla ja käsihuuhdetta käytetään usein työpäivän aikana. Työpistettä pidetään myös siistinä. Osa koki hyvän käsihygienian toteutumisen haasteena sitä, että myymälän puolella ei ole käsienspesu mahdollisuutta. Ja käsienspesiä ei aina muisteta käyttää. Useimpien tutkimustenkin mukaan käsihygienian toteutumisessa on edelleen puutteita. Se on kuitenkin kiistatta tehokkain yksittäinen toimenpide, jolla infektioiden leviämistä voidaan ehkäistä. (Rautava-Nurmi, Westergård, Henttonen, Ojala & Vuorinen 2019.)

Vaikka tämä asia koettiin merkittävänä ja tärkeänä asiana, niin siitä puhuminen ja asiakkaiden ohjaus ei kaikkien vastaajien mielestä kuitenkaan ollut aina luontevaa asiakastilanteessa. Ja kiireellisessä tilanteessa käsihygieniä ei aina toteudu. Normaaliooloissa asiakkaiden käsien desinfiointi ja ohjaus jäävät varmasti vähemmälle, mutta tämä asia korostuu influenssa kaudena tai silloin, kun on maailmanlaajuinen virus pandemia. Tällöin käsihygieniä tehostetaan ja kosmetiikkamyymälät käyttävät asiakaspalvelussa tehostettua käsihygieniä ja suojakäsineitä.

Tämän teemahaastattelun tulosten mukaan kosmetiikkamyymälät toivoivat lisäkoulutusta myös hyvästä käsihygienian toteutumisesta ja oikeanlaisesta käsien pesu -tekniikasta. Käsihygienian koulutusta on harvemmin tarjolla kosmetiikkaosastolla. Käsihygienian koulutusta ei ehkä mielletä yleisellä tasolla kovin tärkeäksi asiaksi. Vaikka sen merkitys on juuri tällä hetkellä erittäin ajankohtainen, tärkeä ja merkityksellinen. Hyvän käsihygienian noudattamisella suojellaan itseä ja muita tartuntojen leviämistä.

9 Toiminnallinen osio/Ohjeistus kosmetiikkatuotteiden hygieenisestä käsittelystä ja käsihygieniasta

Työelämäyhteistyöosaston toiveena tämän opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä esiteltiin tietoa kosmetiikan säilyvyydestä, kosmetiikkatuotteiden puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta. Tämän lisäksi kosmetiikkaosastolle toivottiin ohjeistusta kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä ja käsihygieniasta. Kosmetiikkamyymälöiden teemahaastattelussa tuli esiin, että he kokivat tärkeänä asiana kosmetiikan hygieenisen käsittelyn ja käsihygieniä koskevan lisäkoulutuksen ja lisäohjeistuksen. Teemahaastattelun tulosten mukaan kosmetiikkatuotteiden säilyvyydestä, niiden puhtaasta käsittelystä tai käsihygieniasta on vähän koulutusta tarjolla. Asiakkaat tiedustelevat aiheesta suhteellisen harvoin. Käsihygienian merkitys kosmetiikkamyymälän työssä on tällä hetkellä erittäin ajankohtainen aihe. Olen havainnut tämän aiheen merkityksellisyyden myös omassa työssäni kosmetiikkamyymälänä. Olen kiinnittänyt käsihygienian toteutumisaiheeseen huomiota pidemmän aikaa. Esimerkiksi näyte tai testeripurkkien avaaminen ja kokeilu hygieenisesti on keskusteluttanut kosmetiikkamyymälä jo pitkään. Tämän opinnäytetyön toiminnallisessa osassa toteutettiin siis opinnäytetyön teoreettisen tiedon pohjalta yksinkertaiset ja selkeät ohjeistukset kosmetiikan puhtaasta käsittelystä ja käsihygieniasta kosmetiikkamyymälöiden perehdytykseen ja osaston sisäiseen koulutukseen. Teoreettisen viitekehysten ja ohjeistuksen tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa tästä ajankohtaisesta ja tärkeästä aiheesta. Ohjeistuksiin hyödynnettiin opinnäytetyön teoreettista tietoa kosmetiikkatuotteiden puhtaasta käsittelystä, kosmetiikan säilyvyydestä ja käsihygieniasta. Nämä aiheet otettiin ohjeistuksiin mukaan yhteistyöosaston toiveina. Tässä vaiheessa ohjeistukset ovat sähköisenä ja paperiversioina Power Point muodossa. Kosmetiikan hygieeninen käsittely -ohjeistus on yhdellä Power Point dialla. Tässä ohjeistuksessa on käytetty vihreää väriä ja kehystettyjä asia-

kokonaisuuksia tehostamaan asian merkityksellisyyttä. Ohjeistukseen on otettu mukaan olenaisia ja kosmetiikkamyymälöille tärkeitä kosmetiikan säilyvyyttä kuvaavia asioita. Tämän ohjeen avulla asiakkaiden ohjeistus on helpompaa ja ydintieto on helposti saatavilla. Toisena ohjeistuksena toteutettiin kosmetiikkamyymälöille käsihygienian ohjeistuksen. Nämä ohjeet ovat kolmella Power Point dialla. Ensimmäisessä diassa on kuvat oikeinlaisesta käsihygienian toteuttamisesta, toisessa diassa on tarkat sanalliset ohjeistukset aiheesta ja kolmannessa diassa on kuva ja iskulause, millä tehostetaan asian tärkeyttä. Sanalliset ohjeistukset ovat monisanaisia, mutta niiden on tarkoitus olla erittäin informatiivisia. Diat yksi ja kaksi on tarkoitus yhdistää kaksipuoleiseksi niin, että toisella puolella on kuvat oikeanlaisen käsihygienian toteutumisesta ja toisella puolella sanalliset ohjeet. Tällainen kaksipuoleinen kortti voidaan laminoida ja laittaa työpisteille. Ohjeistukset ja koko opinnäytetyö esitellään osastolla heti, kun se on mahdollista. Ohjeistuksiin tehdään työelämäyhteistyöosaston toiveiden mukaiset korjaukset ja lisäykset.

Osaston toiminta on tällä hetkellä poikkeustilanteesta johtuen rajattua ja siksi on mahdollista sopia yksityiskohtia esimerkiksi siitä, miten ohjeita tarkasti hyödynnetään tai minne ne osastolla sijoitetaan. Tärkeintä olisi, että ohjeistukset olisivat helposti kaikkien saatavilla ja näkyvillä. Ohjeistukset voisi kiinnittää taukotilan seinään tai laminoida osastolle jaettavaksi. Toimintaohjeet muuttuvat koko ajan ja on tärkeää, että ohjeistukset ovat helposti päivitettävissä. Siksi sähköinen tallennus on kaikkein toimivin. Toiminnalliseen osaan ja opinnäytetyöhön oli tarkoitus saada työelämäyhteistyöosastolta palautetta ja kommentteja. Tällä hetkellä kommentteja on mahdollista saada, koska osastolla on Korona pandemian vuoksi töissä vain yksi kosmetiikkamyymälä. Ohjeistuksia on mahdollista muokata yhteistyökumppanin toiveiden mukaiseksi, kun toiminta palautuu syksyllä normaaliksi. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on hyödyntää teoriasta ja kosmetiikkamyymälöiden teemahaastatteluista saatuja tutkielman tuloksia sekä aiheesta tuotettua ohjeistusta henkilökunnan perehdytykseen ja koulutukseen. Työelämäyhteistyöosaston kosmetiikkamyymälöille suunnattu ohjeistus kosmetiikkatuotteiden puhdas käsittely ja käsihygienian ovat tämän opinnäytetyön liitteenä.

10 Johtopäätökset

Opinnäytetyön aiheena oli kosmetiikan säilyvyys ja hygieeninen käsittely. Opinnäytetyö sisälsi teoretietoa aiheesta, kosmetiikkamyymälöille suunnatun teemahaastattelun ja kosmetiikkamyymälöille tuotetun ohjeistuksen kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä ja käsihygieniasta.

Tämän opinnäytetyön teemahaastattelun tulosten mukaan kosmetiikkamyymälät olivat hyvin tietoisia kosmetiikan säilyvyys asian tärkeydestä. Useat vastaajat toivoivat kuitenkin lisäkoulutusta tästä aiheesta. Kosmetiikan säilyvyys teema koettiin haasteelliseksi asiakkaiden ohjau-

tilanteissa. Ja tästä aiheesta olisi hyvä ohjata asiakkaita monipuolisemmin. Myös niissä tilanteissa, missä asiakas ei osaa itse kiinnittää tähän asiaan riittävästi huomiota. Kosmetiikan säilyvyys asia koulutuksellisesta näkökulmasta ei ollut kovin tuttua. Tutkimuksen mukaan myyjät olivat sitä mieltä, että itsenäinen opiskelu kannattaa aina ja tätäkin aihetta voi itseopiskella lisää. Yleisellä tasolla kosmetiikkamyymälät toivat esiin, että kosmetiikkamyymälöiden omassa ammattillisessa koulutuksessa kosmetiikan säilyvyys aihetta ei oltu opiskeltu riittävästi tai heidän ammattiopinnoista oli kulunut jo liian kauan aikaa. Kosmetiikan säilyvyys ja asiakkaiden ohjaus tässä aiheessa koettiin jokaisessa vastauksessa tärkeänä asiana, johon he tulevat jatkossa kiinnittämään erityistä huomiota.

Kosmetiikkamyymälöiden haastatteluissa kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely yhdistettiin vastauksissa usein käsien pesuun ja käsihygieniaan. Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely tarkoittaa laajemmin ajatellen monia muitakin asioita. Kosmetiikkamyymälät kiinnittävät työssään huomiota monin eri tavoin asiakkaiden toimintaan ja käyttäytymiseen. Myyjät selkeästi tarkkailevat erilaisissa tilanteissa asiakkaiden toimintaa. Kosmetiikkatuotteiden hygieeninen käsittely merkitsee kosmetiikkamyymälöille hiukan eri asiaa kuin asiakkaille. Myyjien mukaan osa asiakkaista koskettaa jopa huolettomasti kosmetiikkatuotteita ja he kokeilevat tuotteita suoraan omalle iholleen. Kosmetiikkamyymälöiden kokemuksen mukaan silmämeikin ja ripsivärin kokeilu suoraan näytehylsystä tai huulipun testaus suoraan huulipunahylsystä on suhteellisen yleistä, jopa jokapäiväistä asiakkaiden toimintaa. Tässä asiassa asiakkaat tarvitsevat todella paljon ohjausta ja tätä ohjeistusta myös toteutetaan hiukan enemmän kuin kosmetiikan säilyvyyttä koskevaa asiakkaan ohjeistusta. Yleisellä tasolla kosmetiikkatuotteiden hygieenian koskevista asioista ammatillinen keskustelu koettiin joka tapauksessa suhteellisen vähäiseksi ja hiukan haasteelliseksi toteuttaa kosmetiikkamyymälän päivittäisessä työssä. Useat kosmetiikkamyymälät toivoivat lisäkoulutusta tähänkin aiheeseen. Kosmetiikkatuotteita pitää käsitellä puhtailla käsillä ja työvälineillä. Kaikenlaisen hygieenisen toiminnan perustana on huolellinen käsihygienia.

Tässä tutkimuksessa käsihygienia koettiin ajankohtaisena ja merkityksellisenä asiana kosmetiikkamyymälän työtä. Vastaajat kertoivat toteuttavansa käsihygieniaa niin hyvin kuin se on työpäivän aikana mahdollista. He pesevät käsiään aina tauoilla ja käsihuuhdetta käytetään koko työpäivän ajan useita kertoja päivässä. Myymälän puolella ei ole käsienpesupistettä ja se tietysti hankaloittaa käsien pesua. Osa vastaajista totesi, että kiireellisenä työpäivänä käsidesiä ei aina muisteta käyttää. Käsihygieniasta keskusteleminen ja asiakastilanteissa asiakkaiden ohjaus ei ollut vastaajien mielestä aina joka tilanteessa luontevaa. Ja kiireellisessä tilanteessa ja ruuhkatilanteissa käsihygienia ei myyjien mukaan aina toteudu. Tämän teemahaastattelun tulosten mukaan kosmetiikkamyymälät toivoivat lisäkoulutusta oikeanlaisesta käsihygieniatekniikasta ja sen toteutumisesta. Työn liitteenä on ohjeistus käsihygieniasta ja sen toteutumisesta. Hyvän käsihygienian opettaminen ja ohjaaminen ovat keskeisiä asioita uusien työn-

tekijöiden perehdytyksessä. Tämä saattaa kuulostaa yksinkertaiselta ja selvältä, mutta tutkimukset osoittavat, että juuri oikeanlaisen käsihygienian noudattamisessa on puutteita. Työpaikoilla on hyvä luoda yhteiset pelisäännöt hyvän käsihygienian noudattamiseksi. Työpaikan käsihygienian ohjeet ja käsihygienian mahdollistaminen ovat työnantajan vastuulla olevia asioita. Hyvän käsihygienian noudattaminen on mahdollistettava työpaikoilla. Myymälässä on kiinnitettävä huomiota käsienpesutilojen ja käsihuuheannostelijoiden määrään ja sijoitteluun. On tärkeää huomioida riittävät käsienpesu ja käsien desinfiointi paikat. Käytettävien käsienpesuaineiden ja käsihuhuhteiden olisi oltava miellyttäviä käyttää. Niiden ei tulisi aiheuttaa ihon ärsytystä tai kuivumista. On hyvä, että koko ajan on tarjolla eri vaihtoehtoja käsienpesuun ja käsidesinfektioon.

Tämän opinnäytetyön teemahaastattelujen tuloksista voitiin selkeästi päätellä, että kosmetiikkamyymälät toivoivat lisäkoulutusta kosmetiikan säilyvyydestä ja puhtaasta käsittelystä sekä käsihygieniasta. Tämän opinnäytetyön teemahaastattelujen tuloksia ei voida yleistää, mutta tuloksia voidaan hyödyntää paikallisesti työelämäyhteistyöosastolla. Opinnäytetyön aihe on erittäin ajankohtainen ja kosmetiikkamyymälöille ammatillisesti tärkeä. Tätä aihetta ei ole aiemmin tutkittu kosmetiikkamyymälöiden työn näkökulmasta.

10.1 Pöhdinta

Valitsin tämän opinnäytetyön aiheen työelämäyhteistyöosaston toiveesta ja omasta mielenkiinnosta tätä aihetta kohtaan. Viime syksynä kukaan ei osannut ennustaa tämän aiheen ajankohtaisuudesta. Maailma on tällä hetkellä Korona pandemian vuoksi pysähtynyt ja tämä aihe on nyt todella maailmanlaajuisestikin merkityksellinen. Helsingin sanomien artikkelin mukaan (HS 28.4.2020) Suomessa on todettu 4695 vahvistettua koronavirustapausta. Sairaalahoitoon on 187 koronavirus potilasta ja tehohoidossa 56 potilasta. Koronavirukseen on menehtynyt 28.4.2020 mennessä 193 ihmistä. Maailmanlaajuisesti luvut ovat suhteellisen pieniä, mutta ilman rajoituksia ja riittävää käsihygieniää sekä suojautumista luvut olisivat varmasti paljon suurempia. Käsihygieniää on siis yksi tärkeimmistä asioista viruksen leviämisen ehkäisyssä. Käsihygienian ohjeita on julkisilla paikoilla ja tiedotusvälineissä. Kaupan kassoillakin on tällä hetkellä käsidesinfektio mahdollisuus. Näinä aikoina varmasti jokainen ymmärtää ja tiedostaa asian merkityksellisyyden ja tärkeyden. Toivottavasti käsihygienian merkitys muistetaan myös sitten, kun tämä Korona pandemian aika on ohi.

Olen kosmetiikkamyynnä työkennellessäni ollut jo pidempään kiinnostunut kosmetiikan säilyvyydestä ja hygieenisestä käsittelystä. Ja kuten olen jo aiemmin todennut, niin käsihygienian toteutuminen kosmetiikkamyynnä työssä on tällä hetkellä hiukan yllättäenkin erittäin ajankohtainen aihe.

Teoreettisen viitekehysten rajaus oli hiukan haasteellista. Oli hankalaa rajata aihe tarkasti, koska opinnäytetyön aihe oli laaja ja työssä tuli ottaa huomioon työelämäyhteistyöosaston toiveet. Toteutin aiemmissa tutkimusmenetelmä opinnoissa pienimuotoisen kyselyn tästä aiheesta ja oli luontevaa jatkaa tästä aiheesta opinnäytetyössä. Tutustuin ensin aiheeseen teoreettisen tiedon kautta ja sen jälkeen suunnittelin ja toteutin kosmetiikkamyynnä teemahaastattelut. Teemahaastattelujen toteuttamiseen meni yllättävän paljon aikaa. Kesäkausi ei ollut paras mahdollinen aika toteuttaa teemahaastatteluja, mutta syksyllä 2019 se onnistui paremmin. Aineiston analyysin käsittelyssä oli omat tekniset haasteensa ja käsittelyssä meni runsaasti aikaa. Yksin tehtynä teemahaastattelujen suunnittelu ja toteutus sekä aineiston analysointi olivat suhteellisen vaativia toteuttaa. Oli kuitenkin todella mielenkiintoista analysoida teemahaastattelujen tuloksia ja pohtia niiden merkitystä kosmetiikkamyynnä työssä. Kokonaisuudessaan olen tyytyväinen teemahaastattelujen aineiston analysointiin. Opinnäytetyö prosessin viimeisenä osiona suunnittelin ja toteutin kosmetiikkamyynnä ohjeistuksen kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä ja käsihygieniasta. Ohjeistukset tulevat käyttöön kosmetiikkaosaston henkilökunnalle. Ohjeistuksia voidaan hyödyntää jokapäiväisessä työssä ja toivottavasti ne ovat kaikkien saatavilla ja näkyvästi esillä. Opin paljon uutta teoriatietoa kosmetiikan säilyvyydestä ja puhtaasta käsittelystä. Teemahaastattelujen suunnittelu- ja toteutusprosessit olivat erittäin opettavaisia ja seuraavalla kerralla osaisin varmasti tehdä kaiken paljon paremmin. Ohjeistuksien tekoon olisin ehkä hiukan enemmän kaivannut työelämäyhteistyöosaston kanssa yhteistyötä, mutta se ei nyt valitettavasti tämän poikkeusajan vuoksi toteutunut. Jatkotutkimusaiheena ehdottaisin syvällisempää haastattelua tai kyselyä ajankohtaisesta aiheesta; Miten Koronavirus on vaikuttanut kosmetiikkamyynnä työkentelyyn ja asiakkaiden ohjaukseen. Korona pandemiolla on varmasti ollut vaikutusta kosmetiikkamyynnä kosmetiikan hygieeniseen käsittelyyn ja käsihygienian toteutumiseen sekä yleiseen suhtautumiseen tähän tärkeään ja ajankohtaiseen aiheeseen. Ja lopuksi haluan vielä kiittää opinnäytetyön ohjaajia. Kiitos kaikista ohjeista, neuvoista ja kannustuksesta.

Lähteet

- Anttila, Veli-Jukka, Hellstén, Soile, Rantala, Arto, Routamaa, Marianne, Syrjälä, Hannu & Vuento, Risto (toim.) 2010. Hoitoon liittyvien infektioiden torjunta. Suomen Kuntaliitto. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Ph D Darbe, P., Aljarrah, A., Miller W, Coldham, L., Sauer M., Pope G. 2004. Concentrations of Parabens in Human Breast Tumours. John Wiley & Sons, Ltd. *Toxicology*.24(1):5-13.
- Euroopan parlamentin ja neuvoston asetus kosmeettisista valmisteista(EY) N: o 1223/2009. Annettu 30 päivänä marraskuuta 2009.
- Helsingin samomat.2020. Lehtiartikkeli.28.4.2020. Koronatilanne Suomessa ja maailmalla.
- Jolanki, R. 2004. Kosmetiikan säilytteet. *Allergia & Astmalehti*. 6(6), 12-15.
- Kananen, J. 2008. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. 1.painos. Jyväskylä: Yliopistopaino.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro oy.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Karhumäki, E., Johansson, A.& Saros, M. 2016. Mikrobit Hoitotyön haasteena. Helsinki: Edita.
- Karine, E-M.& Karjomaa, S.2014. Lehtiartikkeli. Tuotteiden turvallisuus on kosmetiikkatuotteiden kulmakivi. *KEMIA*.1/2014.
- Kerdudo, A. Burger, P., Merck, F., Dingas, A., Rolland, Y., Michel, T. & Fernandez, X. 2018. Development of a natural ingredient e Natural preservative: A case study. *Academie des sciences*. Elsevier Masson SAS. *Molecules* Volyme 23-(7)1571.
- Kylmä, J. & Juvakka, T., 2007, Laadullinen terveystutkimus, 1.painos, Helsinki: Edita Prima Oy.
- Rautava-Nurmi, H., Westergård, A., Henttonen, T., Ojala, M. & Vuorinen, S.2019. Hoitotyön taidot ja toiminnot.6.painos. Helsinki. Sanoma Pro Oy.

Siitonen, A. & Vaara, M. 2010. Escherichia, Salmonella, Shigella ja Yersinia. Teoksessa Hedman, K.; Heikkinen, T.; Huovinen, P.; Järvinen, A.; Meri, S. & Vaara, M. Mikrobiologia. Mikrobiologia, immunologia ja infektiosairaudet, kirja 1. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Soljakka, K. & Välimäki M-L, 2011. Ammatillinen Mikrobiologia. Tampere: Juvenes Print.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint oy.

Ylitupa, E.2017.Suomen sairaalahygienialehti. 35 vuosikerta. 5/2017.

Sähköiset lähteet

Allergia ja astmaliitto 2018. Viitattu 1.4.2020. <https://www.allergia.fi/iho>

Helsingin Allergia-ja astmayhdistys 2018.viitattu 22.11.2018 www.allergiahelsinki.fi

Kosmetiikan säilöntäaineet ja allergiat.2018. Viitattu 30.12.2019. <https://www.allergiahelsinki.fi/neuvonta/iho-ja-kosmetiikkaneuvonta/kosmetiikan-sailontaaineet-ja-al/>

Kousa, P. 2011. Helsinki. Allergiahelsinki.com. Artikkeleita. Ajankohtaista kosmetiikasta -lehtileike. <http://www.allergiahelsinki.com/img/Ajankohtaista-kosmetiikasta-2010-Skinfo.pdf>.

Kurimo, R. & Suuronen K.2018.Kosmetiikkatuotteiden säilyvyys ja lainsäädäntö.Kosmetiikka-allergia.fi Helsinki. <https://www.kosmetiikka-allergia.fi/tietoa-kosmetiikasta/kosmetiikan-sailonta-aineet-ja-allergia>

Kodin kemikaaliopas. <http://www.martat.fi/site/assets/files/6935/kodin-kemikaaliopas.pdf-2010-id>

Matwiejczuk, N., Galicka. A., Zareba, I., Brzoska M., 2020. Review of the safety of application of cosmetic products containing parabens Journal of Applied Toxicology Journal. Publisher Wiley. 40(1):176-210. https://www.researchgate.net/publication/338404832_Rewiev_of_the_safety_of_application_of_cosmetic_products_containing_parabens

Noureddine, H., Fernandes, I., Heleno, S., Patrícia Costa, R., Boucherit-Otmani, Z., Boucherit, K., Rodrigues, A., Ferreira, I. & Barreiro, M. 2018. Cosmetics Preservation: A Review on Present Strategies. Published: *Molecules*. (23), 1571. <https://www.semanticscholar.org/paper/Cosmetics-Preservation%3A-A-Review-on-Present-Halla-Fernandes/21d979d5cd1c7df245c13dcf6389bf4cbdc7fbc1>

Scincity. Ihonhoito-opas. Viitattu 30.4.2020. <http://skincity.fi/fi/ihonhoito-opas/raaka-aineet/salisyylihapo>

Teknokemian yhdistys ry. Kosmetiikan turvallisuus. Viitattu 22.11.2018 ja 1.1.2020. http://www.teknokemia.fi/fin/kosmetiikka/kosmetiikan_turvallisuus

Terveystieteiden tutkimuskeskus ja Hyvinvoinnin tutkimuskeskus 2018./2020. Viitattu 1.1.2020. <https://thl.fi/fi/>
<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset>

Liite 1: Teemahaastattelujen kysymykset

Liite 2: Ohjeistukset Kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä ja käsihygienian toteutumisesta

Liite 1. Teemahaastattelujen kysymykset

TEEMA 1 kysymykset

Teemassa yksi kysyttiin kosmetiikkamyymyjien tietoa kosmetiikkatuotteiden säilyvyydestä.

1. Minkälaista tietoa sinulla on kosmetiikan säilyvyydestä?
2. Minkälaista koulutusta olet saanut tähän aiheeseen liittyen?
3. Missä olet koulutuksen saanut?
4. Miten asiakaspalvelussa näkyy tämä aihe?
5. Ohjaatko asiakasta kosmetiikan säilyvyys asiassa?
6. Mitä toiveita sinulle on ammatilliseen koulutukseen liittyen tähän aiheeseen?

TEEMA 2 kysymykset

Teemassa kaksi kysyttiin kosmetiikkamyymyjien tietoa kosmetiikan puhtaasta käsittelystä.

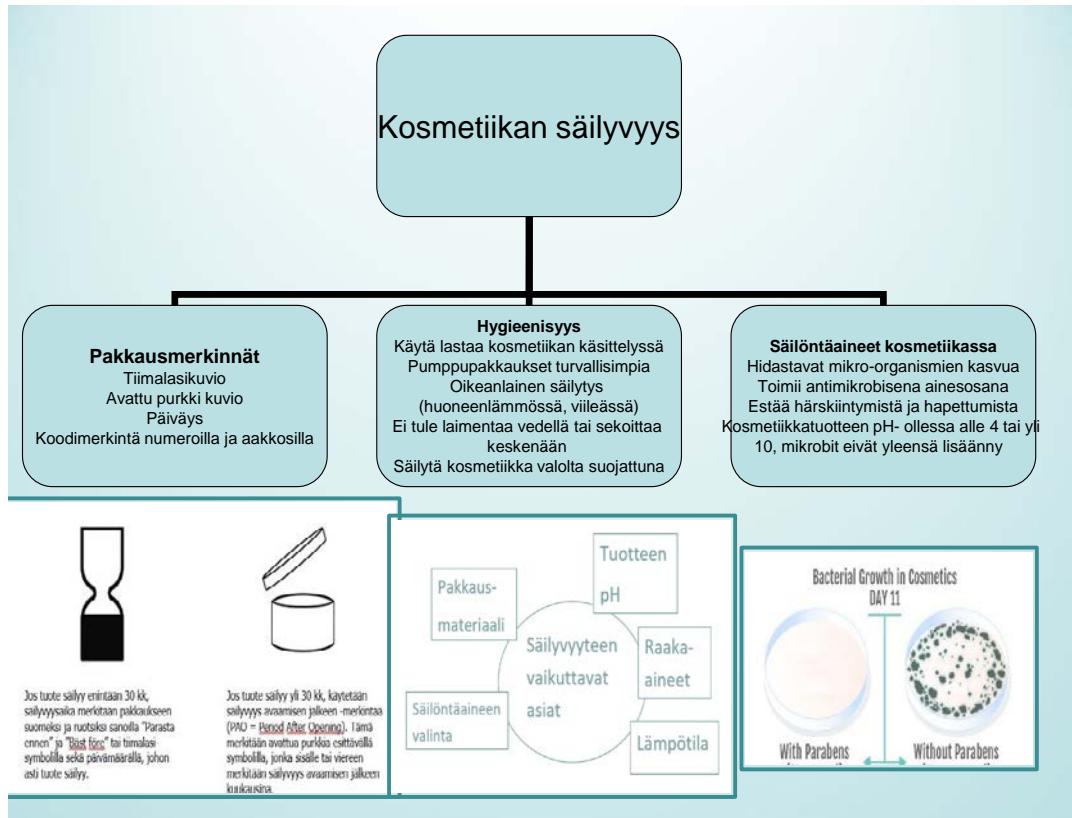
1. Millaista on mielestäsi kosmetiikkatuotteiden puhdas käsittely?
2. Miten edistät kosmetiikkatuotteiden puhtautta/puhdasta käsittelyä?
3. Mikä käsitys sinulla on siitä, että miten tämä asia huomioidaan kosmetiikkamyymäjän työssä?
4. Oletko saanut koulutusta liittyen tähän aiheeseen?
5. Olisiko koulutus mielestäsi tarpeellista? jos niin miksi?
6. Miten asiakkaat kokeilevat näytteitä?
7. Miten ohjaat asiakasta tässä asiassa?
8. Oletko havainnut asiakkaiden kosmetiikkanäytteiden käsittelyssä jotain erityistä?

TEEMA 3 kysymykset

Teemassa kolme kysyttiin kosmetiikkamyyjien tietoa käsihygienian toteutumisesta.

1. Kertoisitko, mitä hyvä käsihygienia Sinulle merkitsee?
2. Millaista on hyvä käsihygienia? Ja miten se toteutuu?
3. Osaatko oikean käsiinpesutekniikan?
4. Miten ohjaat asiakasta käsihygienia asiassa?
5. Onko työpaikalla koulutusta liittyen käsihygieniaan?
6. Miten tämä asia on huomioitu työpisteelläsi?
7. Onko käsiinpesupiste lähellä?
8. Onko myymälässä käsidesiä riittävästi?

Liite 2



Liite 2: Ohjeistus kosmetiikan hygieenisestä käsittelystä

Käsien desinfektio - miten?

- Riittävä määrä käsihuhdetta
- Huolellinen hieronta
- Riittävän pitkään eli kunnes kädet ovat kuivuneet



26.4.2019

Mitä on hyvä käsihygienia / Dinah Anttila

11

Pese kädet ja laita stoppi tartunnoille

- Ennen ruoanlaittoa ja ruokailua
- Kun tulot ulkoa sisään
- Ho-työn jälkeen välikäsi vaihdon jälkeen
- Kun olet käynnissä, missäkin tai aloitetaan
- Kun olet koskenut samoja pintoja kuin flunssainen henkilö



1. Kastele kädet runsaalla vedellä
2. Ota saippua ja hiero kämmenillä vastakkain
3. Hiera kämmenellä, peukalot ja sormien välit
4. Hiera sormia toisistaan vastatusten
5. Hauda kädet runsaalla vedellä
6. Kuluu kätesi huolellisesti käsiyhyeppillä

Pieni teko, suuri vaikutus

7. Sulje hana käsiyhyeppäillä

www.thl.fi/kasienpesoje

Terveystieteiden tutkimuskeskus
Terveystieteiden tutkimuskeskus

Liite 2 Ohjeistus käsihygienian toteutumisesta

- OHJEISTUS:
- Pesu ensimmäisenä kädet, kun saavut työpaikalle.
- Kädet desinfioidaan aina kun siirrytään paikasta toiseen tai asiakaspalvelutilanne vaihtuu. Näissä tilanteissa siirtyvät myös mikrobit. On siis tärkeää, milloin kädet pestään tai desinfioidaan. Kädet tulee pestä ensimmäisenä saavuttasi töihin, lounasruokalaan tai kotiin, näin katkaistaan mikrobin etenemisen.
- 2. Pesujen määrä ei korvaa pesun laatua
- Nopea vedellä kastelu ei puhdistaa käsiä tarpeeksi. Pesu vaatii pesunesteiden ja veden lisäksi myös mekaanista työtä, eli käsiin ankeraa hierontaa. Käsiinpesuaitaan hanaan ei pidä koskea käsin. Voit sulkea hanaan paperilla.
- 3. Huolellinen käsien kuivaus on osa hyvää käsihygieniaa
- Kosteiksi jääneet kädet toimivat kasvualustana erilaisille mikrobeille, jolloin ne siirtävät mikrobeja herkästi paikasta toiseen. Pesun jälkeen on tärkeää kuivata kätesi huolellisesti. Kädet on hyvä kuivata kertakäyttöpaperein tai kestokäyttöiseen käsilinaan. Käsiin desinfiointissa tulee huuhdella hieroa käsiin niin kauan, kunnes desinfiointiaine on kokonaan haihtunut käsistä.
- 4. Muistathan käyttää suojakäsineitä influenssakauden aikana ja tarvittaessa muulloinkin.
- 5. Puhdista puhelin, tietokoneen näppäimistö ja hiiri
- Muistathan huolehtia myös laitteiden pintapuhtaudesta? Usein laitteet ovat yhteisessä käytössä kotona tai työpaikalla. Huolehdi oman työpisteesi ja työympäristön siisteydestä.
- 6. Kättely on vaarallisempaa kuin halaaminen
- Kättelyssä mikrobit siirtyvät suoraan ihmiseltä toiselle. Vaikka kättelyn välttely influenssakauden aikana on hyvä tapa, sitä ei kuitenkaan aina voida välttää. Yritä vaihtaa kättely halaukseen, ja pyri pesemään tai desinfiomaan kädet mahdollisimman pian kättelyn jälkeen. Joissain tilanteissa on parempi olla kattelematta ja halaamatta kokonaan ja muistaa näyttää turvaväli asiakkaaseen.
- 7. Yskö ja aivasta hihaan, älä kämmeniin
- Mikäli flunssa iskee, pyri ehkäisemään sen leviäminen muihin ihmisiin. Yskiminen hihaan estää mikrobin leviämisen ilmeitse. Tällä tavalla toimimalla et myöskään siirrä käsesi kautta mikrobeja eri pinoille. Kasvoihin koskettelua tulisi välttää.
- 8. Paperinenäliina on kertakäyttöinen
- Käytetty nenäliina on todellakin varma taudinlevittäjä pöydälle jätettynä tai taskuun säilötyinä. Heitä käytetty paperinenäliina heti käytön jälkeen roskisiin ja muista pestä kädet niistettyäsi.



