

# Juhised hooldustöötajatele ja hoolekandeasutuste töötajatele enese kaitsmiseks koroonaviiruse haiguse COVID-19 viiruse puhangu ajal

## Töötajatele

- **Enne tööle minekut veendu, et oled terve**, st et sul ei ole palavikku, köha, nohu või muid haiguse tunnuseid. Vähimagi kahtluse korral jää koju ning teavita sellest tööandjat.
- **Enne tööle asumist kontrolli oma kehatemperatuuri!** Juhul, kui ei kasutata kontaktivaba termomeetrit tuleb termomeeter enne ja peale igakordset kasutust desinfitseerida.
- **NB! Tervel inimesel ei ole vaja kaitsemaski töö juures kanda.**
- **Pese käsi regulaarselt vee ja pesuainega.** Käte pesemisel peab järgima Terviseameti juhendit:  
[https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/kuidas\\_pesta\\_kasi\\_0.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/kuidas_pesta_kasi_0.pdf)
- Käsi tuleb pesta:
  - enne tööle asumist
  - enne kliendiga tegelema asumist
  - enne söömist
  - enne kliendi toitmist
  - kui käed on nähtavalt määrdunud
  - pärast jäätmete käitlemist
  - pärast tualettruumi kasutamist või mähkmete vahetamist.
- Väldi silmade, nina ja suu katsumist.
- Kui võimalik, siis väldi kliendiga füüsilist kontakti, nt kätlemist, embamist.
- Kui võimalik, siis hoia kliendiga minimaalselt 1 meetrist distantsi.
- Isikuhooldustoimingute tegemisel kasuta kaitsekindaid, kaitsekitlit ja kilepõlle.

## Tegevused kliendiga

- Jälgi kliendi tervislikku seisundit. Kontrollige klientide kehatemperatuuri regulaarselt vähemalt nii hommikul kui õhtul. Juhul, kui ei kasutata kontaktivaba termomeetrit tuleb termomeeter enne ja peale igakordset kasutust desinfitseerida.
- Haigusnähtudega (köha, palavik) kliendil palu pesta käsi ja kasutada maski, kui see on olemas
- Kui tegemist on inimesega, kelle on endal raske käsi pesta või maski ette panna, ole talle abiks.
- Ole tähelepanelik mäluhäiretega (sh dementsusega) jt erivajadusega inimestele teabe jagamisel. Veendu, et inimene saab korraldusest aru ja suudab iseseisvalt tegevust täide viia. Vajadusel abista.
- Kliendi haigestumisel tuleb kasutada olemasolevaid võimalusi kliendi eraldamiseks, tagada tema hooldus ja ravi. Jälgida temaga lähikontaktis olnute seisundit.
- Uute klientide vastuvõtmisel kontrollida tema terviseseisundit, sümptomite ilmnemisel rakendada koheselt eelpool kirjeldatud meetmeid.

- Loobuda ühistegevustest (nt huviringid jms klientide ühistegevused) ning selle asemel soodustada klientide aja veetmist nende tubades ja asutuse territooriumil värskes õhus.
- Kõrgendatud tähelepanu tuleb pöörata viiruse riskirühma kuuluvate klientide, eriti mäluhäiretega klientide tervises seisundi muutustele. Näidustatud on regulaarne kehatemperatuuri kontrollimine. Juhul, kui ei kasutata kontaktivaba termomeetrit tuleb termomeeter enne ja peale igakordset kasutust desinfitseerida.

## **Asutuse külastamine**

- Kõikides hoolekandeaasutustes kehtib külastuskeeld.
- Külastuskeeld kehtib tugiteenustele, IT abile ja teistele teenusepakkujatele. Erandi võib teha ainult siis, kui rike mõjutab klientide elu ja tervist või üksuse hädavajalikkude toimimist. Kõik külalised peavad jälgima kõrgendatud hügieeninõudeid.
- Külastuskeeld kehtib ka väljaspool asutuse siseruume, st et kliente ja nende lähedasi tuleb teavitada, et ka õues kohtumised ei ole lubatud.
- Klientide ja lähedaste omavaheline suhtlemine tuleb korraldada veebi või telefoni teel.
- Pakkide üleandmisel tuleb vältida inimeste vahelist kontakti
- Erandina on lubatud lähedaste poolt külastada väga raskes seisundis kliente, kelle puhul on oht, et klient võib lähiajal surra. Tagada tuleb, et külastajad ei puutuks kokku teiste klientidega ja ka nemad järgiksid kõiki hügieeninõudeid.
- Kõikide külastajate puhul on näidustatud kehatemperatuuri kontrollimine. Juhul, kui ei kasutata kontaktivaba termomeetrit tuleb termomeeter enne ja peale igakordset kasutust desinfitseerida.

Teenuse pakkumise ruume tuleb regulaarselt tuulutada ja märgpuhastada. Ruumide puhastamisel peab jälgima Terviseameti juhiseid:

[https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Soovitused/02.03.2020\\_tervis\\_eameti\\_sovitused\\_puhastamiseks\\_ja\\_desinfitseerimiseks\\_covid-19.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Soovitused/02.03.2020_tervis_eameti_sovitused_puhastamiseks_ja_desinfitseerimiseks_covid-19.pdf)