

# Päiväkodin hygieniatoimenpiteet Kaarinassa

## JOHDANTO

Päiväkotihoidossa olevat lapset sairastavat 2,7 kertaisen määrän välikorvatulehduksia ja 1,6 kertaisen määrän ripulitauteja verrattuna kotihoidossa oleviin lapsiin. Lapsilta virukset ja bakteerit siirtyvät helposti myös päiväkodin henkilökuntaan ja lasten perheenjäseniin.

Hengitysteiden infektioita aiheuttavat mikrobit tarttuvat herkästi pisaratartuntana mutta myös käsien välityksellä henkilöstä toiseen.

Infektioita esiintyy etenkin alle kouluikäisillä lapsilla ja aivan erityisesti alle 3-vuotiailla. Toistuvat antibioottikuurit lisäävät lapsen riskiä saada resistenttejä (lääkkeille vastustuskykyisiä) bakteereita. Tällaisten bakteereiden leviäminen vaikeuttaa lapsen infektioiden hoitoa mutta tämä on uhka myös lapsen koko lähiympäristölle.

Monet tutkimukset niin Suomessa kuin ulkomaillakin osoittavat, että lasten infektioita voidaan ehkäistä yksinkertaisia arjen hygieniatoimenpiteitä kehittämällä. Tämä vähentää myös antibioottien käytön tarvetta ja antibiooteille vastustuskykyisten bakteerikantojen kehittymistä. Infektioiden ja antibioottien tarpeen vähenemisellä on suuri terveydellinen ja kansantaloudellinen merkitys.

On tärkeää, että hyvää ja tehokasta hygieniaa noudatetaan huolimatta vallitsevasta infektiotilanteesta, koska useat taudit tarttuvat jo ennen oireiden ilmaantumista. Myös oireettomilla lapsilla on erilaisia taudinaiheuttajia nenänielussaan ja terveetkin lapset voivat erittää ulosteissa viruksia useita viikkoja. Tämän vuoksi ei infektioita voida ehkäistä pelkästään sairaita lapsia eristämällä vaan hygieniakäytäntöjä tulee noudattaa joka päivä arkisissa toiminnoissa.

Tämä hygieniaoheisto perustuu Oulun kaupungin hygieniaoheiseihin ja professori Matti Uharin työryhmän tutkimuksiin. Kiitämme oululaisia uraauurtavasta työstä lasten infektioiden torjunnassa ja Oulun ohjeen käyttöoikeudesta.

Jussi Mertsola  
Professori  
TYKS

Markku Kero  
Terv.kesksulääkäri  
Kaarinan terv.keskus

## HYGIENIA OSANA KASVATUSSUUNNITELMAA

Päiväkodit laativat oman infektioiden ehkäisysuunnitelman.

- päiväkodissa keskustellaan tämän hetken hygieniakäytännöistä, tiedostetaan olemassa olevat korjaustarpeet
- mitä hankintoja tulee tehdä, jotta oman päiväkodin hygieniakäytäntöjä voidaan tehostaa ?
- päiväkodin sovitut hygieniakäytännöt kirjataan
- sovitut hygieniakäytännöt otetaan arkipäivän tavaksi
- jokaisen työntekijän tulisi sitoutua noudattamaan yhdessä sovittuja käytäntöjä
- hygieniayhdyshenkilö, yhdessä päiväkodinjohtajan kanssa seuraa oman päiväkodin suunnitelman toteutumista
- hygieniakäytäntöjen toteutumista arvioidaan toistuvasti työpaikalla ja tehtyä suunnitelmaa päivitetään
- uudet työntekijät, sijaiset ja opiskelijat perehdytetään päiväkodin hygieniakäytäntöihin – joka ryhmällä vastuu opastuksesta
- arviointia oman päiväkodin infektioidentorjunta toimien tehokkuudesta
- arvioidaan toistuvasti suunnitelman vaikutuksia lasten ja henkilökunnan sairastavuuteen

## HENKILÖKUNNAN TYÖVAATTEET

Henkilökunnalla siistit, helposti puhtaana pidettävät työvaatteet, jotka säilytetään ja vaihdetaan ylle päiväkodissa.

## PUHTAUS

Huonetiloissa pinnoille kertyy päivän aikaan paljon likaa ja sen mukana normaaleja mikrobeja ja myös tautien aiheuttajia. Lika toimii mikrobien kasvualustana ja ravintona - siksi siivoukseen ja tiettyjen kohteiden tehokkaaseen puhdistamiseen tulee kiinnittää huomiota.

Puhdistamistarpeen arvioinnissa huomioidaan tilassa toimivien lasten ikä, kohteen likaisuus ja käytön tiheys. Mitä nuorempia lapset ovat, sitä helpommin taudit heihin tarttuvat.



## Tehtäviä

- kartoittaa muun henkilökunnan kanssa päiväkodin hygieniatilannetta
- osallistuu oman päiväkodin infektioidentorjuntasuunnitelman laadintaan
- toimii oman päiväkodin ja päivähoidon hygieniavastaavan välisenä yhdyshenkilönä
- kokoaa tiedotteita ja koulutusmateriaalia hygieniakansioon ja pitää sen ajan tasalla
- osallistuu hygieniayhdyshenkilöiden koulutuksiin ja tapaamisiin
- informoi päiväkodin henkilökuntaa tiedotteista ja välittää tietoa omista koulutuksistaan
- toimii päiväkodinjohtajan työparina oman infektioidentorjuntasuunnitelman toteutumiseksi ja tehostetun hygienian ylläpitämiseksi

## LASTEN VANHEMMAT

Lasten perheillä tulisi olla aktiivinen rooli hygieniaohtelman toteuttamisessa. Perheiden on hyvä tietää miksi arkipäivän hygieniaa tehostetaan ja miksi on tärkeää, että he ovat aktiivisesti mukana ja sitoutuvat yhteisiin sopimuksiin. Uusia perheitä informoidaan päivähoidon tehostetusta hygieniasta jo ennen lapsen päivähoidon alkua.

- tiedote tehostetusta hygieniasta perheille hyväksymisilmoituksen mukana
- huolehtivat siitä, että lapsi pesee aamuisin kätensä, ennen päiväkotiryhmään tuloa (ja omaan kotiin tultua)
- huolehtivat lapsen ja hänen vaatteidensa puhtaudesta
- varaavat lapselle riittävästi vaihtovaatteita päiväkotiin
- kura-aikana sadevarusteiden pesu viikonloppuisin
- vanhemmat huolehtivat lapsen tuttien puhtaudesta – keittäminen 2x viikossa
- unikavereiden pesu 1x viikossa
- mahdolliset muut lelut pestään ennen päiväkotiin tuontia ja uudelleen kotiin vietyä
- keskusteluja ja vanhempainiltoja
- lapsen päiväkodissa annettavat lääkkeet annostellaan kotona valmiiksi
- perheiden perehdytys päiväkodin tehostettuihin hygieniakäytäntöihin

- kotonakin lapsia opastetaan oikeaan pesutekniikkaan
- keskustelua tehtyjen hygieniatoimien vaikutuksesta lasten sairastuvuuteen ja antibioottien käyttöön
- mitä vanhemmat haluaisivat erityisesti huomioitavan
- vanhemmille tiedoksi oman päiväkodin infektioidentorjuntasuunnitelma

## LAPSET

Varhaiskasvatuksen ensisijaisena tavoitteena on edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja terveyttä. Hyvinvoiva ja terve lapsi jaksaa olla päiväkodin toiminnoissa mukana ja hänellä on hyvät kehittymisen, kasvun ja oppimisen edellytykset.

Lasten opastus hyvään hygieniaan ja käsienpesu tekniikkaan on osa päiväkodin oman varhaiskasvatussuunnitelman normaalia terveyskasvatusta.

Aikuinen valvoo, että lapset pesevät kätensä, ja että ne pestään oikealla tavalla.

Lapsia / lapsiryhmää voi palkita jollakin tapaa hyvästä hygieniasta.

Lasten terveyttä edistävä, yleiseen hygieniaan liittyvä tehostamistyö on myös osa päivähoidon laadun parantamista.

Keskustelunaiheita lasten kanssa esim.;

- mitä hygienia tarkoittaa
- mitä ovat bakteerit ja virukset, jotka saavat ihmiset sairastamaan
- mitä sairauksia voi saada huonosta hygieniasta
- miten sairaudet voivat tarttua
- miten sairauksien tarttumista voidaan ehkäistä
- kuinka kädet tulee pestä niin, että saadaan bakteereita ja viruksia pois
- lapsia opetetaan aivastamaan pois päin muista - kyynärtaive suun edessä

## HYGIENIAN TEHOSTAMINEN

### KÄSIEN PESU

Käsien pesu on infektioiden vähentämisessä tärkein ja tehokkain menetelmä. Hygieniakäytäntöjä tehostettaessa kiinnitetään huomio käsienpesutapaan ja pesukertoihin.

Pesuneste suositellaan annettavaksi aina kertakäyttöannostelijasta. Mikäli pesuneste kuitenkin on täyttöpulloissa, huolehditaan pullojen arkipuhtaudesta ja niiden pesusta ennen täyttöä.

Ihmisen sormuksen alla on satoja miljoonia mikrobeja. Sormusten ja rannekorujen käyttöä ei suositella käytettäväksi työpäivän aikana, koska niiden käyttö estää käsien tehokkaan pesun ja puhdistuksen. Yhden kynnen alla on satoja miljoonia mikrobeja, siksi henkilökunnan ja lasten kynsien tulisi olla lyhyet ja kynsien alustojen puhtaat.

Pesualtaalla tulee olla saatavilla pesuneste, kertakäyttöpyyhkeet (lapsille voi puolittaa) ja altaan lähellä mielellään jalalla avattava roska-astia käsipapereita varten.

Vaihtoehtoisesti käsien kuivaamiseen voidaan käyttää siivoustoimen valitsemaa puuvillaisia automaattipyhkeitä, jos käytössä on automaattisesti aukeavat ja sulkeutuvat vesihanat.

Jos runsas saippuankäyttö kuivattaa käsiä - on hyvä käyttää välillä käsihuuhdetta ja käsivoidetta

## PESUTEKNIikka

- pese kädet aina pesunesteellä, ei pelkästään vedellä
- kostuta kädet vedellä ennen nestesaippuan annostelua
- käytä juoksevaa lämmintä vettä ja saippuaa
- hankaa käsiä joka puolelta – myös sormien välit, sormien päät, kädenpäälliset, peukalot ja ranteet – noin 15 sekunttia
- huuhtelee kädet juoksevan veden alla
- kuivaa kädet paperiseen kertakäyttöpyyhkeeseen
- sulje hana käytetyllä paperipyhkeellä
- paperi mielellään jalalla avattavaan roska-astiaan

## KÄSIHUUHDE

Aikuinen annostelee aina käsihuuhteen. Sitä tulee annostella aikuiselle riittävästi – ainakin pari painallusta (2-3 ml). Lapsille riittää yksi tippa. Käsihuuhteen käyttö vähentää käsiin tulevien mikrobien lukumäärää ja infektioriskiä.

- käyttö on turvallista myös lapsilla – huolehdi, että lapsi hieroo sen hyvin käsiinsä
- käsihuuhde levitetään kuiviin käsiin
- sitä hierotaan joka puolelle käsiin niin kauan, että kädet ovat kuivat – kämmeniin, sormien väleihin, sormien päihin, peukaloihin ja ranteisiin

- käsihuuhteella voidaan korvata pesu vedellä ja saippualla, jos käsissä ei ole näkyvää likaa tai jos vesipesu kuivattaa käsiä liiaksi
- kynsien alustat puhdistetaan annostelemalla huuhdetta kämmenelle ja liottamalla toisen käden kynsiä siinä
- huuhdetelineet kannattaa sijoittaa niihin paikkoihin, jossa niitä eniten tarvitaan
- käsihuuhteen tulee olla helposti käytettävissä silloinkin, kun on kiire ja henkilökuntaa on ryhmässä vähän – esim. pieni taskuhuuhtepullo

## SUOJAKÄSINEET

- käytetään erite- ja veritahroja puhdistettaessa
- käytetään ripuliin sairastuneen lapsen vaippaa vaihdettaessa
- suojakäsineiden käytön jälkeen kädet pestään ja käytetään huuhdetta

## HENKILÖKUNNAN KÄSIENPESU

- pese kädet / laita käsidesiä tullessasi päiväkotiin
- ennen ruuan jakamista / ruokailun jälkeen
- pöytien pyyhkimisen jälkeen
- vaipanvaihdon jälkeen / joka WC käynnin jälkeen
- nenän niistämisen jälkeen
- aivastamisen jälkeen
- muiden eritteiden siivoamisen jälkeen
- ulkoilusta tullessa / lasten riisumisen jälkeen
- töistä lähdettäessä

## LASTEN KÄSIENPESU

Vanhemmat huolehtivat aamulla ennen ryhmään tuloa, lapsen käsienpesusta. Päiväkodin henkilökunta pesee lasten kädet, tai valvoo käsienpesua päivähoitopäivän aikana ja annostelee tarvittaessa käsihuuhteen.

- nenän niistämisen jälkeen
- ennen ja jälkeen ruokailun
- ulkoilusta tultuaan
- apulaiset siivoustoimien jälkeen
- lapsen leikittyä sairastuneen lapsen kanssa
- WC käynnin jälkeen
- päivähoitosta lähtiessä ( ja kotiin saavuttaessa )

## RUOKAILU

Ruokaa valmistettaessa, kuljettaessa ja tarjottaessa noudatetaan ruokapalvelun omavalvontaohjeita. Lämpimän ruuan tulisi tarjottaessa olla vähintään 60-asteista ruokailun loppuun asti. Ruokia ei ole suotavaa säilyttää kuumana yli kahta tuntia kuivumisen ja mahdollisen ruokamyrkytysriskin vuoksi.

Ruokaa kuljettaessa ja ruuan ollessa pitempään tarjolla, se tulee suojata kannella pisara-, kosketus- ja pölytartunnalta .

Kylmänä tarjottavien tuotteiden lämpötila ei saa nousta yli 8-asteen.

Useimmat mikrobit eivät lisäänty alle 8 asteen lämpötilassa

- tarjoilutasot ja ruokapöydät pyyhitään ennen ruokien tarjolle panoa ja ruokailun jälkeen.
- pöytäpyyhettä tulee vaihtaa riittävän usein ja pitää huolta siitä, että se on puhdas
- pöytien pyyhkimisen jälkeen käytetään käsidesiä
- suositellaan, että ruokaa jakaa ja tarjoilee yksi työntekijä.
- käsihuuhdetta käytetään aina, jos tarjoilun välillä osallistutaan lasten hoitoon

Isommat, omatoimisuutta opettelevat lapset voivat ottaa itse ruokaa aikuisen valvoessa hygieenisuuden säilymistä. Pienemmät lapset voivat osallistua astioiden keräämiseen ja pöytien pyyhkimiseen.

Apulaistehtävien jälkeen lapset pesevät ja kuivaavat kätensä hyvin.

## HAMPAIDEN PESU

Vanhemmat huolehtivat kotona lasten hampaidenpesusta.

Tarvittaessa päivähoidossa voi olla käytössä xylitol pastillerit, tai xylitol purukumit.

## NENÄN NIISTÄMINEN

Niistämisessä käytetään paperinenäiliinaa tai vastaavaa. Huolehditaan, että paperi suojaa käden. Kädet pestään välittömästi, jos mahdollista, esimerkiksi pelkällä käsihuuhteella. Samoin lasta ohjataan käsienpesuun ja käsihauhteeseen käyttöön, jos hän itse on huolehtinut nenän niistämisestä.



## PIENTEN VAIPANVAIHTO

Lasten vaipat tulee vaihtaa WC:ssä, tai erillisessä siihen tarkoitukseen varatussa tilassa, josta saa oven kiinni muuhun tilaan.

Vaipanvaihtoalustan tulee olla helposti puhdistettava, kosteutta imemätön ja pestävä. Alustan suojana on lapsella hyvä olla kertakäyttöinen paperiliina, tai pyyhe, joka vaihdetaan jokaisen käyttökerran jälkeen.

Jos vaipat vaihdetaan aikuisen sylissä – käytetään esiliinaa, tai pyyhettä suojana.

Lapsen kuivaukseen olisi hygieenisin paperipyyhe. Jos käytetään kankaista pyyheliinaa, on sen oltava henkilökohtainen. Pyyhe pesuun joka käyttökerran jälkeen. Ennen vaipan vaihtoa, laita vaipanvaihtopaikan / pesupaikan läheisyyteen valmiiksi auki muovipussit likaisia vaatteita ja kakkavaippaa varten, muovitettu pesukinnas auki käteen laitettavaksi ja pyyhe lapsen kuivaamiseen.

- käytä kertakäyttökäsineitä, jos lapsella on ripuli
- laita vaipanvaihtoalustalle (kertakäyttö) suoja lasta varten
- tarvittaessa suojaesiliina
- likaiset vaatteet muovipussiin
- likainen vaippa suoraa kannelliseen, mielellään jalalla aukaistavaan roskakoriin - kakkavaippa lisäksi erilliseen muovipussiin hajuhaittojen takia.
- käytä muovitettua pesukinnasta pestessäsi lapsen pyllyä
- pese pylly juoksevan veden alla, heitä pesukinnas roskiin ja kuivaa lapsi hyvin
- kertakäyttökäsineet roskiin
- pese lapsen kädet ja kuivaa hyvin
- kertakäyttöalusta roskiin
- likavaatepussi kiinni ja lapsen lokeroon
- puhdista vaipanvaihtopaikka heikosti emäksisellä puhdistusaineella
- huuhtelee pesuallas (peruspesu tehdään päivittäin)
- pyllyn pesua ja potan pesua varten tulisi olla oma allas, jota ei käytetä muuhun tarkoitukseen, mutta jos allasta käytetään muuhunkin tarkoitukseen, täytyy se pestä hyvin joka käyttökerran jälkeen
- pese hyvin kätesi ja käytä lisäksi käsihuuhdetta

## POTAN KÄYTTÄJIEN WC:SSÄ KÄYNTI

- lapsi käy WC:ssä aina aikuisen valvonnassa.
- potta tyhjennetään WC pönttöön ja huuhdellaan heti
- lapsilla mielellään oma nimetty potta
- mahdollisimman vähän lapsia yhdellä kertaa WC:ssä

- lapsen kädet pestään ja kuivataan potalla käynnin jälkeen
- henkilökunta pesee ja kuivaa kätensä ja varmistaa tarvittaessa puhtauden käsihuuhteella.

## WC-PÖNTÖN ASIAKKAAT

- pöntöllä käyntiä harjoitteleva lapsi on aina aikuisen valvonnassa
- työntekijä pyyhkii, tai tarkistaa tarvittaessa lapsen oman pyyhkimisen
- yksin WC:ssä käyvien lasten toimia ja käsienpesua tulee valvoa
- pyyhkimisen ja WC:n tyhjennyksen jälkeen lapsen ja hoitajan kädet pestään
- WC istuimen puhtaus tarkistetaan ja tarvittaessa puhdistetaan pesuaineliuksella
- hoitohenkilökunta käyttää käsienpesuun lisäksi käsihuhdetta.

## PÄIVÄLEPO

- lapsella henkilökohtaiset petivaatteet
- tyynynliinat suositellaan vaihdettavaksi viikottain, mahdollisten tartuntojen aikana useamminkin – ryhmässä se voi olla jonkun aikuisen vastuualueena
- lakanat suositellaan vaihdettavaksi kaksi kertaa kuukaudessa
- patjoilla levähtelevillä lapsilla tulee olla oma henkilökohtainen tyyny liinoineen
- tyynyjä ei pitäisi pinota päällekkäin säilytykseen – ainakin tyynynliinat tulisi ottaa pois ja säilyttää seuraavaa päivälepoa varten lapsen omassa lokerossa
- patjat imuroidaan ja patjat ja petivaatteet tuuletetaan tarvittaessa

## TUTIN KÄYTTÖ / LASTEN VANHEMMAT

Jokaisen lapsen tutin tarpeesta sovitaan lapsen vanhempien kanssa.

- vanhemmat nimeilevät lapsensa titit
- huolehtivat niiden puhtaudesta – puhdistetaan keittämällä 2x viikossa
- titit tuodaan lapsen lokeroon kannellisissa muovirasioissa
- olisi hyvä, jos lapsella olisi tutti käytössä vain päiväunilla, koska leikin tiimellyksessä se usein tippuu suusta ja toinen pieni laittaa tutin omaan suuhunsa

## LELUT

Pienten lasten lelujen valinnassa tulisi kiinnittää huomiota niiden turvallisuuden lisäksi myös vesipestävyys ja hyvään puhtaanapitoon.

- pienten lasten " suuhun menevät" lelut tulee pestä päivittäin – ryhmässä jonkun työntekijän vastuualueena
- paljon käytetyt lelut pestään viikoittain, muut käytön mukaan
- lapset voivat myös itse osallistua lelujen pesuun
- leluja, jotka eivät kestä vesipesua, voi poistaa joiksikin ajoiksi (esim. viikoksi) käytöstä, jolloin niiden mahdollinen mikrobimäärä vähenee
- unilelujen puhtaudesta huolehtivat lasten vanhemmat - ne pestään kotona kerran viikossa,
- likaantunut unilelu laitetaan kotiin pestäväksi.
- vanhemmat huolehtivat päivähoitoon tuotavien ja oman lelupäivän lelujen puhtaudesta – lelun pesu ennen päivähoitoon tuontia ja kotiin vietyä.

## ROOLIVAATTEET

- roolivaatteet pestään tarpeen vaatiessa, vähintään kaksi kertaa vuodessa.

## HIEKKALAATIKKO

- hiekkalaatikoiden hiekka tulee vaihtaa vuosittain

## ERITTEIDEN PUHDISTUS

Eritetahrat poistetaan ja desinfioidaan välittömästi

- veri, uloste, oksennus, sylki ym
- käytetään aina suojäkäsineitä
- kertakäyttöpaperia puhdistukseen
- desinfiointiainetta
- kiinteä aine voidaan ottaa pois käteen nurinpäin laitettulla muovipussilla
- nestemäinen aine imeytetään kertakäyttöpaperiin – paperi otetaan yllä olevalla tavalla muovipussiin ja laitetaan roskiin
- muovipussi jalalla avattavaan roska-astiaan
- likaantunut pinta puhdistetaan desinfiointiaineliuoksella
- pyyhkeet ja käsineet roska-astiaan
- kädet pestään, kuivataan ja käytetään huuhdetta

## TEHOSTETUN ARKIHYGIENIAN VAIKUTUKSET

Kaikki toimenpiteet, mitä päivähoitossa tehdään lasten ja henkilökunnan infektioiden estämiseksi vähentävät kaikkien sairastuvuutta, antibioottien käyttöä ja siten myös antibioottille vastustuskykyisten bakteerikantojen kehittymistä. Siksi on tärkeää, että jokainen lasten kanssa työskentelevä henkilö sitoutuu omalta osaltaan tehostamaan arkipäivän hygieniää ja huolehtimaan siitä myös hoidossa olevien lasten osalta.

Lasten kanssa suositellaan luettavaksi kirjaa; Heippa täällä bakteeri!  
Huovinen, Pentti ; Matilainen, Irmeli [kuvittaja] . WSOY 2007. ISBN:  
9789510331606

### Kirjallisuutta

Antibioottiresistenssi- säilyykö lääkkeiden teho. 1997.  
Konsensuslausuma. Hanasaari. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia.

Pönkä A, Salminen E. 1990. Kunnallisessa päivähoitossa hoidettujen lasten sairastavuus Helsingissä 1979 - 1988. Suomen Lääkärilehti 45, 2913-8.

Pönkä A, Salminen E, Ripatti S, Nurmi T. 1994. Päiväkotilasten sairastavuuteen vaikuttavat tekijät. Suomen lääkärilehti 49, 3814-9.

Renko M, Uhari M. 2001. Infektioiden ehkäisy päiväkodeissa 117, 1093-8.

Sosiaali ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2005. Infektioriskin vähentäminen päivähoitossa. Sosiaali ja terveysministeriön oppaita 28.

Uhari M, Niemelä M, Herva E. 1994. Hygienian taso päiväkodeissa. Suomen Lääkärilehti 49, 1299-1301.