

KÄTE PESEMISE TEHNIKA



Protseduuri kestvus: 40-60 sek



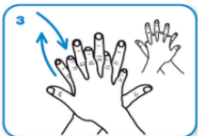
0. Tee käed ja randmed voolava vee all korralikult märjaks



1. Doseeri seepi piisavas koguses



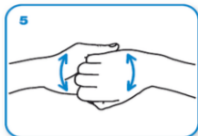
2. Hõõru peopesi vastamisi



3. Hõõru parema käega vasaku käe selga nii, et ka sõrmed üksteisega kontaktis oleksid. Korda sama teise käega



4. Hõõru peopesi vastamisi harali sõrmedega



5. Hõõru parema käe peopesas vasaku käe sõrmede pealispindu. Korda sama teise käega



6. Hõõru parema käega ringiaid liigutusi tehes vasaku käe põialt. Korda sama teise käega



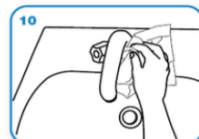
7. Hõõru ringiate liigutustega parema käe sõrmeotsi vasakus peopesas. Korda sama teise käega



8. Loputa käed veega



9. Kuivata käed hoolikalt ühekordse paberkäterätikuga



10. Sulge veekraan paberrätikuga

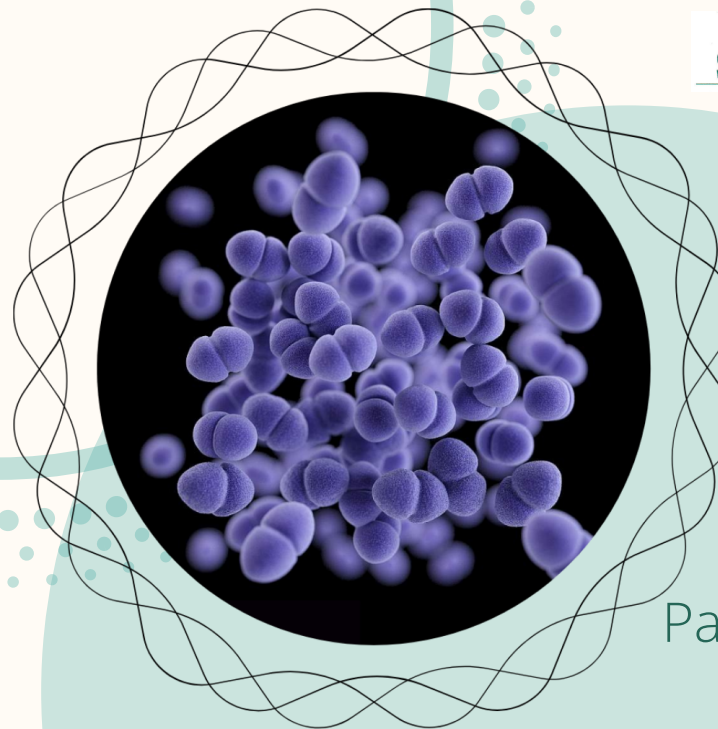


11. Kogu käte pesemise protseduuri kestvus on 40-60 sekundit, mille järgselt on käed puhtad

Allikas:
Lääne-Tallinna Keskhaigla

Koostaja: SA Narva Haigla
Alisa-Jevgenia Veeremäe
Infektsioonikontrolli kabineti õde

Kinnitatud
SA Narva Haigla
Juhatuse poolt
01.04.2022



Patsiendi infoleht
VRE EHK

**VANKOMÜTSIIN-
RESISTENTNE
ENTEROKOKK**

Tel. +372 35 71800
haigla@narvahaigla.ee
www.narvahaigla.ee
SA Narva Haigla
Haigla 7, 20104, Narva



Mis see on?

Enterokokid on bakterid, mis tavaliselt elavad soolestikus. Enterokokkide poolt põhjustatud infektsioonide tekkimisel ravitakse neid mõnikord antibiootikumigaa, mille nimi on vankomütsiin. Tihti on enterokokid resistentsed ka teistele antibiootikumidele, mistõttu on infektsioone raskem ravida. Vankomütsiinile allumatult enterokokki nimetatakse VRE-ks ehk vankomütsiiniresistentseks enterokokiks. Vankomütsiiniresistentne enterokokk (VRE) võib põhjustada infektsioone vereringes, kuseteedes või haavades. Lisaks võib levida lokaalselt.

Kuidas VRE levib?

VRE võib levida ühelt inimeselt teisele kokkupuutel saastunud pindade ja seadmetega või inimeselt inimesele, sageli saastunud käte kaudu. VRE ei levi õhu kaudu köhimise ega aevastamise teel.

Kes on VRE-st enim ohustatud?

Kõige enam on ohustatud:

- inimesed, keda ravitakse antibiootikumidega, sealhulgas vankomütsiiniga
- patsiendid, kellele on tehtud kirurgilisi protseduure või kellel on invasiivsed seadmed, näiteks kanüülid või kateetrid
- nõrgenenud immuunsüsteemiga või kaasuvate haigustega inimesed, näiteks intensiivraviosakondades, vähi- või siirdamisosakondades olevad patsiendid.

Millised on tunnused ja sümptomid?

Inimeste, kellel on VRE kandlus soolestikus või suguelundites, puuduvad sageli sümptomid. Kui VRE infektsioon on sattunud vereringesse, tekivad muutused vereanalüüsides. Võivad esineda erinevad sümptomid, näiteks palavik, üldine halb enesetunne, kiirenenud südametöö, punetus, turse või valu, külmavärinad. Sümptomite tekkimisel tuleb võtta ühendust oma perearstiga.

Kuidas ravitakse?

Kui VRE ei põhjusta aktiivset põletikku, siis ei ole ravi vajalik. VRE põhjustatud infektsioone ravitakse antibiootikumidega. Vere-, uriini-, mäda-, või muu vedeliku analüüsi põhjal määratakse kindlaks antud bakterile sobivaim antibiootikum

Milliseid meetmeid pean kodus rakendama?

Kodus ei ole erimeetmed vajalikud. VRE bakteri kandlus ei sega tavalist suhtlemist teiste inimestega.

Kuidas vältida nakkuse edasikandumist?

VRE-d saab ära hoida, järgides kätehügieeni soovitusi. Korralik kätehügieen seebi ja veega on vajalik. Eriti oluline on korralik kätehügieen enne toidu valmistamist, söömist ja pärast tualeti kasutamist. Kui peate kokku puutuma avatud haavade või kehavedelikega, näiteks hooldades haiget lähedast, siis kasutage ühekordseid kindaid. Pärast kinnaste eemaldamist peske käed.

Kuidas pean pesema oma riideid/voodipesu/rätikuid, kui mul on VRE?

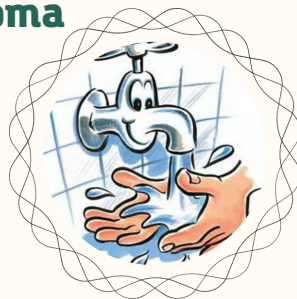
Peske oma riideid nagu tavaliselt, järgides riidel olevaid juhiseid.

Mida pean silmas pidama koristamisel?

Kodu koristamisel piisab tavalistest üldpuhastusvahenditest.

Kas võin magada oma lähedastega ühes voodis?

Jah, võite.



Kas võin süüa oma pereliikmetega samadest toidunõudest?

Kasutage oma toidunõusid, olenemata haiguse olemasolust. Peale kasutamist peske toidunõud oma tavalise nõudepesuvahendiga.

Kas võin käia samal tualettpotil oma lähedastega?

Jah, võite. Kui Teil on aktiivne VRE infektsioon, siis peate Teie ja Teie lähedased eriti tähelepanelikult teostama korralikku kätehügieeni ning jälgima tualettpoti puhtust.

Kas pean teistele ütlema, et mul on VRE?

Ei, Te ei pea seda teistele ütlema. Tervishoiuasutuses võite teavitada personali VRE kandlusest, et Teile oleks võimalik määrata Teie jaoks sobivaim ravi ning rakendada teiste patsientide jaoks vajalikke kaitsemeetmeid.

Kas pean kodus olles järgima spetsiaalset dieeti?

Ei pea, kuid tasakaalustatud toitumine on oluline. Kui olete olnud antibiootikumraviga, on oluline süüa tasakaalustatud ja mitmekesist toitu, et taastada Teile omased bakterid Teie soolestikus.

Kas saan hooldekodus elada?

Jah, saate. Hooldekodu elanike liikumisele üldkasutataval alal piiranguid ei ole. Vajalik on järgida kätehügieeni põhimõtteid.

Küsimuste ja murede korral pöörduge oma arsti poole.