

## Lisa 4. Isikukaitsevahendite kasutamine

### Ühekordse pritsmekindla kirurgilise maski kasutamine

- Kirurgiline mask peab vastama standardile EVS-EN14683:2019.
- Kasuta maski ühe korra.

### Ühekordse pritsmekindla kirurgilise maski ettepanemine

- Enne maski ettepanemist tee käte antiseptika.
- Pane mask ette nii, et see kataks nina, suu ja lõua. Maski vormitav traadiga osa peab jääma ülespoole nina kohale.
- Suru vormitav traat tihedalt vastu nina.
- Näo ja maski vahele ei tohi jääda õhuruumi.
- Väldi maski esiosa katsumist kätega.
- Vaheta mask kohe selle märgumisel, saastumisel või kolme tunni möödudes.



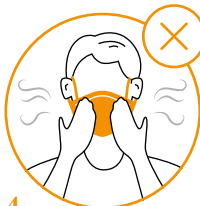
1.  
Enne maski ettepanemist tee käte antiseptika.



2.  
Pane mask ette nii, et see kataks nina, suu ja lõua. Maski vormitav traadiga osa peab jääma ülespoole nina kohale.



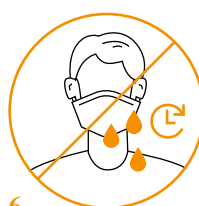
3.  
Suru vormitav traat tihedalt vastu nina.



4.  
Näo ja maski vahele ei tohi jääda õhuruumi.



5.  
Väldi maski esiosa katsumist kätega.



6.  
Vaheta mask kohe selle märgumisel, saastumisel või kolme tunni möödudes.

## Ühekordse pritsmekindla kirurgilise maski äravõtmine

- Eemalda mask: võta kinni selle kummidest/paeltest, vältides maski esiosa kokkupuutumist naha ja riietega.
- Pane kasutatud mask selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Tee käte antiseptika.



- 1.**  
Eemalda mask:  
võta kinni selle  
kummidest/paeltest,  
vältides maski esiosa  
kokkupuutumist  
naha ja riietega.



- 2.**  
Pane kasutatud  
mask selleks ette  
nähtud jäätmekotti.



- 3.**  
Tee käte antiseptika.

## Ühekordse respiraatori kasutamine

- Respiraator peab vastama standardile EN 149:2003+A1:2009.
- Kasuta respiraatorit ühe korra.
- Respiraatori kandmise maksimaalse aja määrab tootja.

## Ühekordse respiraatori ettepanemine

- Enne respiraatori ettepanemist tee käte antiseptika.
- Pane respiraator ette nii, et see katab nina, suu ja lõua. Respiraatori klambriga osa peab jääma ülespoole nina kohale.
- Tõmba respiraatori ülemine kumm üle pea ja pane see kukla taha kõrgemale. Seejärel tõmba respiraatori alumine kumm üle pea nii, et see jääks kõrvadest allapoole. Kummid peavad olema sirged.
- Suru respiraatori nina kohal olev klambriga osa vastu nina, vajutades seda mõlemalt poolt nina.

- Tee **lekketest**: kata respiraatori esiosa mõlema käega. Klapita respiraatori puhul hinga järsult välja, klapiga respiraatori puhul hinga järsult sisse.
- Kui õhk lekib nina ümbert, kohenda ninaklambrit ja tee lekketest uuesti.
- Kui õhk lekib respiraatori äärtest, kohenda kummipaelu ja tee lekketest uuesti.



**1.**  
Enne respiraatori ettepanemist tee käte antiseptika.



**2.**  
Pane respiraator ette nii, et see katab nina, suu ja lõua. Respiraatori klambriga osa peab jääma ülespoole nina kohale.



**3.**  
Tõmba respiraatori ülemine kumm üle pea ja pane see kukla taha kõrgemale.

Seejärel tõmba respiraatori alumine kumm üle pea nii, et see jääks kõrvest allapoole. Kummid peavad olema sirged.



**4.**  
Suru respiraatori nina kohal olev klambriga osa vastu nina, vajutades seda mõlemalt poolt nina.



**5.**  
Tee lekketest: kata respiraatori esiosa mõlema käega. Klapita respiraatori puhul hinga järsult välja, klapiga respiraatori puhul hinga järsult sisse.



**6.**  
Kui õhk lekib nina ümbert, kohenda ninaklambrit ja tee lekketest uuesti.



**7.**  
Kui õhk lekib respiraatori äärtest, kohenda kummipaelu ja tee lekketest uuesti.

## Ühekordse respiraatori äravõtmine

- Kummarda veidi ette ja võta mõlema käega korraga mõlemast kummist kinni.
- Tõmba kummid peast eemale ja seejärel korraga üle pea.
- Välti naha ja riiete kokkupuudet respiraatori esiosaga.
- Kui respiraator on eemaldatud, siis seda ei tohi enam ette panna.
- Pane kasutatud respiraator selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Tee käte antiseptika.



1.  
Kummarda veidi ette ja võta mõlema käega korraga mõlemast kummist kinni.



2.  
Tõmba kummid peast eemale ja seejärel korraga üle pea.



3.  
Välti naha ja riiete kokkupuudet respiraatori esiosaga.



4.  
Kui respiraator on eemaldatud, siis seda ei tohi enam ette panna.



5.  
Pane kasutatud respiraator selleks ette nähtud jäätmekotti.



6.  
Tee käte antiseptika.

## Ühekordse kilepõlle kasutamine

- Kilepõll peab vastama standardile EN 13795-1:2019.
- Kasuta kilepõlle ühe korra ehk ühe patsiendi/kliendiga tegelemise ajal.

### Kilepõlle ettepanemine

- Enne kilepõlle ettepanemist tee käte antiseptika.
- Pane kilepõll ette ja seo selja tagant tihedalt kinni.



1.

Enne kilepõlle ettepanemist tee käte antiseptika.



2.

Pane kilepõll ette ja seo selja tagant tihedalt kinni.



### Kilepõlle äravõtmine

- Võta ühekordne kilepõll ära patsiendi/kliendi juurest lahkumisel.
- Tõmba kilepõll kaela tagant katki.
- Lase kilepõlle ülemise osal vajuda alla alumise osa peale.
- Ära puutu kilepõlle välispinda.
- Seo selja tagant kilepõlle kinnitus lahti ja keera kilepõll mööda sisepinda kokku.
- Pane kasutatud kilepõll selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Tee käte antiseptika.



**1.**  
Võta ühekordne  
kilepõll ära  
patsiendi/kliendi  
juurest lahkumisel.



**2.**  
Tõmba kilepõll  
kaela tagant katki.



**3.**  
Lase kilepõlle  
ülemise osal  
vajuda alla  
alumise osa peale.



**4.**  
Ära puutu  
kilepõlle välispinda.



**5.**  
Seo selja tagant  
kilepõlle kinnitus  
lahti ja keera  
kilepõll mööda  
sisepinda kokku.



**6.**  
Pane kasutatud  
kilepõll selleks  
ette nähtud  
jäätmekotti.



**7.**  
Tee käte antiseptika.

## Ühekordse kaitsekitli kasutamine

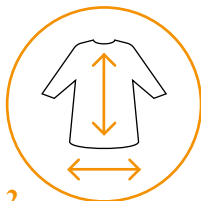
- Kaitsekittel peab vastama standarditele EN ISO 22610:2006 ja EN 13795-1:2019.
- Kasuta kaitsekitlit ühe korra ehk ühe patsiendi/kliendiga tegelemise ajal.

### Kaitsekitli selgapanemine

- Kaitsekittel peab katma tööriided.
- Vali õige suurusega kaitsekittel.
- Enne kaitsekitli selgapanemist tee käte antiseptika.
- Võta kittel sisemise poolega enda ette ja tõmba varrukad kätte.
- Seo kinni kaitsekitli kaelapaelad ja seejärel tihedalt vöökohapaelad. Selg peab olema täielikult kaetud.
- Jälgi, et kaitsekittel ei puudutaks põrandat.



1.  
Kaitsekittel peab katma tööriided.



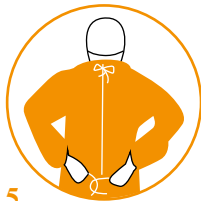
2.  
Vali õige suurusega kaitsekittel.



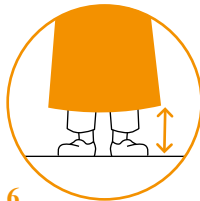
3.  
Enne kaitsekitli selgapanemist tee käte antiseptika.



4.  
Võta kittel sisemise poolega enda ette ja tõmba varrukad kätte.



5.  
Seo kinni kaitsekitli kaelapaelad ja seejärel tihedalt vöökohapaelad. Selg peab olema täielikult kaetud.



6.  
Jälgi, et kaitsekittel ei puudutaks põrandat.

## Kaitsekitli äravõtmine

- Võta kaitsekittel ära patsiendi/kliendi juurest lahkumisel. Kitli äravõtmisel on mitu moodust. Oluline on jälgida, et kitli äravõtmisel ei saastuks tööriided. Vältida tuleb kitli väliskülje puudutamist kinnastamata kätega.
- Seo esmalt lahti kaitsekitli vöökoha- ja seejärel kaelapaelad.
- Võta kinni kaitsekitli varrukast otsast ja tõmba käise ots endale pihku. Samamoodi tee teise varrukaga.
- Tõmba kaitsekittel varrukast kinni võttes ette üle käte kokku.
- Hoida kitlit äravõtmise ajal tööriietest eemal. Väldi kokkupuudet kaitsekitli välispinnaga.
- Pane kasutatud kaitsekittel selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Tee käte antiseptika.



- 1.**  
Võta kaitsekittel ära patsiendi/kliendi juurest lahkumisel.



- 2.**  
Seo esmalt lahti kaitsekitli vöökoha- ja seejärel kaelapaelad.



- 3.**  
Võta kinni kaitsekitli varrukast otsast ja tõmba käise ots endale pihku. Samamoodi tee teise varrukaga.



- 4.**  
Tõmba kaitsekittel varrukast kinni võttes ette üle käte kokku.



- 5.**  
Hoida kitlit äravõtmise ajal tööriietest eemal. Väldi kokkupuudet kaitsekitli välispinnaga.



- 6.**  
Pane kasutatud kaitsekittel selleks ette nähtud jäätmekotti.



- 7.**  
Tee käte antiseptika.



## Visiiri või kaitseprillide kasutamine

- Visiir ja kaitseprillid peavad vastama standardile EN 166:2001.

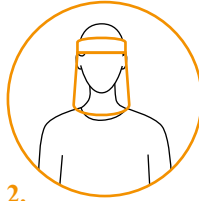
### Visiiri või kaitseprillide ettepanemine

- Pane visiir näole või kaitseprillid ette ja reguleeri kinnitus sobivaks.
- Visiir peab katma näo, kaitseprillid peavad olema tugevalt silmade ees.



1.

Pane visiir näole või kaitseprillid ette ja reguleeri kinnitus sobivaks.



2.

Visiir peab katma näo, kaitseprillid peavad olema tugevalt silmade ees.



### Visiiri või kaitseprillide äravõtmine

- Võta visiir või kaitseprillid ära, tõmmates mõlema käega kinnitus lahti.
- Ära puuduta visiiri või kaitseprillide esiosa.
- Kui tootja juhiste järgi on tegu ühekordselt kasutatava tootega, viska visiir või kaitseprillid tööpäeva lõpus või nende saastumisel eritistega ära selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Kui tootja juhiste järgi on tegu korduvalt kasutatava tootega, puhasta visiir või kaitseprillid tööpäeva lõpus või vajaduse korral sagedamini, järgides tootja soovitusi.
- Kui tootja juhiste järgi on tegu korduvalt kasutatava tootega, hoiusta visiiri või kaitseprille kasutamise vahepeal puhtas ja kuivas kohas.



**1.** Võta visiir või kaitseprillid ära, tõmmates mõlema käega kinnitus lahti.



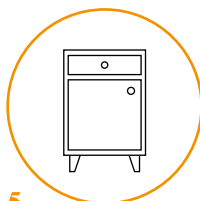
**2.** Ära puuduta visiiri või kaitseprillide esiosa.



**3.** Kui tootja juhiste järgi on tegu ühekordselt kasutatava tootega, viska visiir või kaitseprillid tööpäeva lõpus või nende saastumisel eritistega ära selleks ette nähtud jäätmekotti.



**4.** Kui tootja juhiste järgi on tegu korduvalt kasutatava tootega, puhasta visiir või kaitseprillid tööpäeva lõpus või vajaduse korral sagedamini, järgides tootja soovitusi.



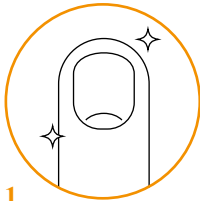
**5.** Kui tootja juhiste järgi on tegu korduvalt kasutatava tootega, hoiusta visiiri või kaitseprille kasutamise vahepeal puhtas ja kuivas kohas.

## Ühekordsete kinnaste kasutamine

- Ühekordsed kindad peavad vastama standarditele EVS-EN 455-1:2020+A1:2022, EN 455-2:2015, EN 455-3:2015, EN 455-4:2009.

### Kinnaste kättepanemine

- Küüned peavad olema lühikesed (kuni sõrmeotsani), küünelakita, ilma küünekaunistuste või kunstküünteta.
- Võta ära sõrmused, kell, käekett ja -võrud ning nutiseadmed.
- Tee käte antiseptika.
- Vali sobiva suurusega kindad.
- Tõmba kindad ettevaatlikult kätte neid liigselt venitamata.
- Kinnas peab liibuma vastu nahka, kuid ei tohi olla liiga pingul (purunemise oht).



1.  
Küüned peavad olema lühikesed (kuni sõrmeotsani), küünelakita, ilma küünekaunistuste või kunstküünteta.



2.  
Võta ära sõrmused, kell, käekett ja -võrud ning nutiseadmed.



3.  
Tee käte antiseptika.



4.  
Vali sobiva suurusega kindad.



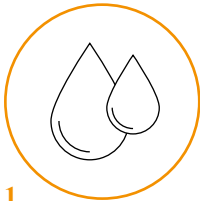
5.  
Tõmba kindad ettevaatlikult kätte neid liigselt venitamata.



6.  
Kinnas peab liibuma vastu nahka, kuid ei tohi olla liiga pingul (purunemise oht).

## Kinnaste vahetamine/äravõtmine

- Vaheta kindad pärast patsiendi/kliendi vere või teiste kehavedelikega kokkupuutumist ning enne sama patsiendi/kliendi puhtamate kehapiirkondade puudutamist.
- Vaheta kinnas, kui see puruneb.
- Ära pese kindaid ega töötle neid antiseptikumiga.
- Eemalda kindad kohe patsiendi/kliendi juurest lahkumisel.
- Eemalda kinnas, tõmmates teise käe sõrmedega randmeosast eemale ja lükka kinnas käe pealt maha.
- Võta eemaldatud kinnas kindaga kätte.
- Pane ilma kindata käe nimetissõrm teise käe kinda ja randme vahele, lükka kinnas käest maha ja tõmba see teise kinda peale.
- Pane kasutatud kindad selleks ette nähtud jäätmekotti.
- Tee käte antiseptika.



- 1.** Vaheta kindad pärast patsiendi/kliendi vere või teiste kehavedelikega kokkupuutumist ning enne sama patsiendi/kliendi puhtamate kehapiirkondade puudutamist.



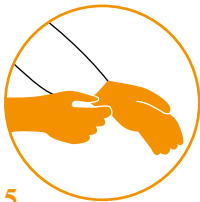
- 2.** Vaheta kinnas, kui see puruneb.



- 3.** Ära pese kindaid ega töötle neid antiseptikumiga.



- 4.** Eemalda kindad kohe patsiendi/kliendi juurest lahkumisel.



- 5.** Eemalda kinnas, tõmmates teise käe sõrmedega randmeosast eemale ja lükka kinnas käe pealt maha.



- 6.** Võta eemaldatud kinnas kindaga kätte.



- 7.** Pane ilma kindata käe nimetissõrm teise käe kinda ja randme vahele, lükka kinnas käest maha ja tõmba see teise kinda peale.



- 8.** Pane kasutatud kindad selleks ette nähtud jäätmekotti ja tee käte antiseptika.