

Juhised ööpäevaringset sotsiaalteenust pakkuvatele hoolekandeesutustele koroonaviiruse haiguse COVID-19 puhangu ajal

Töötajate ja/või klientide koroonaviirusesse haigestumise ennetamine ja vajalike meetmete tõhus rakendamine koroonaviiruse puhkemisel on sotsiaalteenuseid pakkuvates hoolekandeesutustes - arvestades asutuse spetsiifikat ja haigustekitaja kiire edasileviku võimalust - ülimalt oluline tegevus.

Alates 13.03.2020 kehtib kõigis hoolekandeesutustes üle Eesti külastuskeeld, millest tuleb rangelt kinni pidada. Samuti tuleb lähtuda varasemalt antud soovitustest ja juhistest. Tutvu isolatsiooni ja nakkuse tõrje meetmetega siin: https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/content-editor/vanaveeb/Nakkushaigused/juhendid/Nakkushaiguste_ennetamise_ja_torjealane_tegevusjuhend_hooldekodudele.pdf

Klientide suhtlus lähedaste ja eestkostjatega (nt asendushooldusteenusel viibiva lapse suhtlus bioloogiliste vanematega) tuleb sel perioodil tagada sidevahendite abil.

Koroonaviiruse sümptomid on sarnased gripi sümptomitele. Viirus võib põhjustada köha, nohu, palavikku ja hingamisraskuseid. Viirus levib inimeselt inimesele piisknakkuse kaudu, peamiselt lähikontaktil nakkuskahtlusega inimesega. Viiruse peiteperiood on 2-14 päeva, keskmiselt 4-5 päeva.

KUI KLIENDIL VÕI TÖÖTAJAL ON KORONAVIIRUSE KAHTLUS VÕI DIAGNOOSITUD KORONAVIIRUS, TULEB SELLEST KOHESELT TEAVITADA:

- Kliendi või töötaja perearsti ja (kui on) asutuse tervishoiutöötajat

Helistada ja saata e-kiri:

1. **Terviseameti regionaalse osakonna esindusse.** Kontaktid on leitavad siit: <https://www.terviseamet.ee/et/terviseametist-struktuuriüksuste-kontaktid>, e-post: kesk@terviseamet.ee;
2. **Sotsiaalkindlustusametile** kontaktisik Raivo Sults, tel +372 511 0689, e-post: raivo.sults@sotsiaalkindlustusamet.ee.

E-kirja pealkiri: **COVID-19 nakkuskahtlus hoolekandeesutuses.** Teavituses märkida asutuse nimi ja tegutsemiskoha kohalik omavalitsus, nakkuskahtlusega/nakkusega isikute arv. Samuti info, kas tegemist on nakkuskahtluse või kinnitatud juhtumiga. Vajadusel lisada muu täiendav info, mida teataja peab oluliseks.

KORONAVIIRUSE KAHTLUSEGA KLIENDI PUHUL TULEB:

- klient koheselt isoleerida ja vähendada kontaktivõimalust teiste inimestega;
- teavitada nakkuskahtlusest tervishoiutöötajat – asutuse tervishoiutöötajat ja kliendi perearsti, kes annab edasisi juhiseid ja teisi osapooli (vt ülaltoodud infot!);
- koheselt helistada 112 kui kliendil on tekkinud hingamisraskused ja viidata potentsiaalsele koroonaviiruse juhtumile;

- kindlaks teha, kes oli nakkuskahtlusega kliendiga lähikontaktis (näiteks hooldustöötaja, kes on osutanud nakkuskahtlusega kliendile otsest hooldust ja kes ei ole kasutanud soovitatud isikukaitsevahendeid või ei ole neid vahendeid korrektselt kasutanud);
- kaardistada töötajad, kes nakkuskahtlusega kliendiga kokku puutusid ja võtta kasutusele kõik meetmed, et vältida viiruse asutusesisest edasist levikut;
- kõikidel töötajatel võimalusel kasutada isikukaitsevahendeid (näomask, kaitsekittel, kindad jm);
- desinfitseerida ruumid, kus nakkuskahtlusega klient on viibinud (tuulutamine, märgkoristus jm);
- kliendi riided ja kasutuses olnud voodipesu pesta vähemalt 60 kraadi juures;
- jälgida kõikide töötajate ja klientide tervislikku seisundit;
- teavitada kliendi lähedasi või eestkostjat nakkuskahtlusest.

KOROONAVIIRUSE KAHTLUSEGA TÖÖTAJA PUHUL TULEB:

- paluda töötajal koju jääda ja mitte tööle tulla, kui töötaja haigussümptomid on töötajal tekkinud kodus olles;
- paluda töötajal koheselt koju minna, kui haigussümptomid töötajal tekivad töökohal. Võimalusel peab töötaja vältima ühistranspordi kasutamist. Koju minnes tuleb kanda näomaski;
- anda juhised töötajale, et ta võtaks ühendust oma perearstiga, kes annab edasised juhised ja teeb otsuse viiruse testimise osas. Arstile edastada kindlasti info, et tegemist on hoolekandeametuse töötajaga;
- teavitada (kui on) asutuse tervishoiutöötajat, kes annab edasisi juhiseid ja teisi osapooli (vt ülaltoodud infot!);
- töötajal jääda koju kuni ta on tervenenu. Kodus tuleb olla vähemalt 14 päeva peale haigusnähtude tekkimist. Karantiin tähendab, et viibitakse kodus ja ei külastata rahvarohkeid kohti.
- kaardistada inimesed, kes asutusesiselt nakkuskahtlusega töötajaga kokku puutusid, võtta kasutusele kõik meetmed, et vältida viiruse asutusesisest edasist levikut;
- kõikidel töötajatel kasutada isikukaitse vahendeid (näomask, kaitsekittel, kindad jm);
- desinfitseerida ruumid, kus nakkuskahtlusega töötaja viibis (tuulutamine, märgkoristus jm);
- jälgida kõikide töötajate ja klientide tervislikku seisundit.

KOROONAVIIRUSE TESTIMINE

Testitakse ainult sümptomitega (palavik, kuiv köha, hingamisraskused) inimesel, kes kuuluvad ühte viiest järgnevast rühmast:

- Tõsiste krooniliste haigustega (südameveresoonehaigused (eriti hüpertensioon), diabeet, kroonilised kopsuhaigused, immuunpuudulikkus, kasvaja ravist saavad) inimesed olenemata vanusest.
- Kõik üle ≥ 80 aastased inimesed
- Tervishoiuasutuste töötajad (sh apteegi personal) ning kõik kiirabitöötajad, haiglate nakkushaiguste laboritöötajad ja hoolduspersonal. Samuti teised elutähtsate teenuste osutajad (Politsei- ja Piirivalveamet, Päästeamet, Kaitseliit, Kaitseväge, Maksu- ja Tolliamet, kes otseselt tegelevad kliendi teenindamisega).

- Hooldekodude elanikud ja personal.
- Hospitaliseeritud või hospitaliseerimist vajavad teadmata etioloogiaga respiratoorsete haigustega patsiendid olenemata vanusest.

Testimisvajaduse üle otsustab perearst/pereõde/eriarst. Selleks koostatakse patsiendile anamnees ja saatekiri COVID-19 testimisele ning edastatakse vastavatele osapooltele. Testimiskeskus kontakteerub tervishoiuinfosüsteemis oleva saatekirja alusel kliendi nakkuskahtluse korral asutuste juhiga, töötaja nakkuskahtluse korral töötajaga ja lepib kokku testimise koha ja aja. Perearst ise proovi ei võta.

NB! Jälgi jooksvalt Terviseameti korraldusi testimise korraldamisel, sest see võib muutuda!

KUI KLIENDI KORONAVIIRUSE PROOV ON POSITIIVNE

SAMM 1. TAGA KLIENDI ISOLATSIOON JA JÄRGI TERVISHOIUTÖÖTAJA JUHISEID

- haigestunud klient koheselt eraldada oma tuppa (vajadusel saab samasse tuppa sama diagnoosiga kliente paigutada);
- jälgi tema tervislikku seisundit. Haigussümptomite süvenemisel teavita koheselt tervishoiutöötajat, vajadusel kutsu kiirabi;
- selgitada kliendile, miks ta peab viibima ainult oma toas haiguse ajal;
- tungiv soovitus: isolatsiooni peab minema vastavalt asutuse tüübile vajadusel terve osakond või üksus;
- tuleb tagada, et kliendid ei külastaks isolatsioonis olevaid kaaslasi. Samuti ei käi töötajad ilma tungiva vajaduseta isoleeritud ruumis või osakonnas.

SAMM 2. TEAVITA KOHESELT OLUKORRAST

- proovi positiivsest tulemusest teada saamisel teavita sellest koheselt ühise e-kirja teel Terviseameti ja Sotsiaalkindlustusameti eelviidatud kontaktidele.

SAMM 3. PUHASTA RUUMID

- ruumide puhastamisel järgi Terviseameti soovitusi: https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/COVID-19/soovitused_tohusaks_puhastamiseks_ja_desinfitseerimiseks_taiendatud_18.03.2020.pdf
- põrandad ja kõik muud pinnad (ukse lingid, kapinupud, lauad, segistid, käsipuud jm) tuleb puhastada pesta desinfitseeriva lahusega;
- teosta pindade märgpuhastus, puhastuslapp tuleb vahendiga märjaks teha (mitte niiskeks, vaid märjaks);
- peale koristamist pesta puhastuslappid ja –mopid pesumasinas 90 kraadiga puhtaks;
- ühekordsete isikukaitsevahendite jaoks kasuta võimalusel jalaga avatavaid prügikaste. Kui jalaga avatavat prügikasti ei ole, tekita eraldi prügikast ühekordsete isikukaitsevahendite jaoks ning tühjenda seda päevas mitu korda;
- prügikasti tühjendamisel kasuta kaitsekindaid;
- isolatsioonituba korista viimases järjekorras pärast teiste tubade koristamist;
- koristamist alustatakse kliendi lähedal olevate esemete ja voodi puhastamisega. Kõige lõpuks puhastatakse põrand;
- koristamisel kasuta isolatsioonitoas olemasolevaid isikukaitsevahendeid;

- kontaktpinnad (eriti uksealingid, kapinupud, voodiäär, kraanikauss, segisti jms) desinfitseeri iga päev vähemalt 3 korda;
- tuuluta tubasid regulaarselt iga päev korraga 15 minutit;
- muid pindasid puhastada mitu korda päevas.

SAMM 4. KEHTESTA ASUTUSES RANGEMAD PIIRANGUD

- vähenda klientide liikumist nii palju kui võimalik;
- võimalusel tee kõik toimingud kliendi toas (sh söömine);
- mistahes liikumisel (näiteks tualetti minekul) võimalusel palu kliendil kasutada ühekordset näomaski;
- eelkõige peab maski kandma nakatunud inimene. Kui klient viibib toas üksi, siis ta maski kandma ei pea;
- maski, sh teisi isikukaitsevahendeid peavad kandma töötajad;
- mistahes liikumisel (näiteks peale tualetis käimist või õuest tulles) desinfitseeri kontaktpinnad (kraanikauss (eriti segisti!), WC pott ja prilllaud, uksealingid);
- jälgi, et igal kliendil on isiklikud toidunõud, söögiriistad ja joogiklaas;
- korduvalt kasutatavad nõud pestakse masinas kuuma vee ja pesuvahendiga. Kui nõudepesumasina võimalus puudub, võib kasutada ühekordseid nõusid;
- jälgi, et igal kliendil on oma kuivatamisrätik;
- kliendi olmetarvikuid ei jagata teistega.

Laste hoolekandeesutuses, kus riskigruppi kuuluvaid lapsi ei ole, jälgida rangemaid piiranguid nii palju kui võimalik.

SAMM 4. ISOLATSIOONI LÕPP

- isolatsiooni võib lõpetada mitte varem kui 14 päeva peale haigusnähtude tekkimist;
- seejuures peab klient olema olnud vähemalt 48 tundi palavikuvaba ja 24 tundi vaba ägedatest hingamisteede sümptomitest;
- vajadusel konsulteerida tervishoiutöötajaga (asutuse tervishoiutöötaja ja/või kliendi perearsti/pereõega).

KUI TÖÖTAJA KORONAVIIRUSE PROOV ON POSITIIVNE

SAMM 1. TEAVITA OLUKORRAST

- proovi positiivsest tulemusest teada saamisel teavita sellest koheselt ühise e-kirja teel Terviseametit ja Sotsiaalkindlustusametit eelviidatud kontaktidele.

SAMM 2. PUHASTA RUUMID

- ruumide puhastamisel järgi Terviseameti soovitusi: https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/COVID-19/soovitused_tohusaks_puhastamiseks_ja_desinfitseerimiseks_taiendatud_18.03.2020.pdf
- põrandad ja kõik muud pinnad (ukse lingid, kapinupud, lauad, segistid, käsipuud jm) tuleb puhastada pesta desinfitseeriva lahusega;
- teosta pindade märgpuhastus, puhastuslapp tuleb vahendiga märjaks teha (mitte niiskeks, vaid märjaks);

- peale koristamist pesta puhastuslapid ja –mopid pesumasinas 90 kraadiga puhtaks;
- ühekordsete isikukaitsevahendite jaoks kasuta võimalusel jalaga avatavaid prügikaste. Kui jalaga avatavat prügikasti ei ole, tekita eraldi prügikast ühekordsete isikukaitsevahendite jaoks ning tühjenda seda päevas mitu korda;
- prügikasti tühjendamisel kasuta kaitsekindaid;
- isolatsioonituba korista viimases järjekorras pärast teiste tubade koristamist;
- koristamist alustatakse kliendi lähedal olevate esemete ja voodi puhastamisega. Kõige lõpuks puhastatakse põrand;
- koristamisel kasuta isolatsioonitoas olemasolevaid isikukaitsevahendeid;
- kontaktpinnad (eriti uksealingid, kapinupud, voodiäär, kraanikauss, segisti jms) desinfitseeri iga päev vähemalt 3 korda;
- tuuluta tubasid regulaarselt iga päev korraga 15 minutit;
- muid pindasid puhastada mitu korda päevas;
- küsimuste korral pöördu vahetu juhi poole.

SAMM 3. TAGA TEENUSE OSUTAMISE JÄTKUMINE JA TÖÖTAJATE TOETAMINE

- Kaardista juba eelnevalt võimalused, kust vajadusel lisatöajõudu leida (tee koostööd teiste sarnast teenust osutavate teenuse osutajatega, kohaliku omavalitsusega, õppeasutustega jms).
- Töajõu küsimustes võtke ühendust Töötukassa maakondlike konsultantidega, kes on teid valmis abistama. Kontaktid on leitavad siit: <https://www.tootukassa.ee/kontaktid>.
- Samuti kasuta Töötukassa koduleheküljel asuvat vahenduskeskkonda <https://www.onlineexpo.com/ee/ajutised-tookohad/>, kus teenuseosutajad saavad panna üles oma ajutised tööpakkumised ja tööd vajavad inimesed saavad kiiresti tööandjatega ühendust võtta ning tööd saada. Tööpakkumised levitamiseks, saata info: mariliis.aron@onlineexpo.com. Keskkonna kasutamine on nii tööandjatele kui töötajatele tasuta.
- Võimalusel kaalu vabatahtlike kaasamise võimalusi.
- Taga mõistlik ja säästev töökorraldus, sealhulgas jälgi töötajate töö- ja puhkeaega – töötajatele kahjulikke kokkuleppeid ei tohi sõlmida ning töölepingu alusel töötavate isikute ületunnitöö tuleb tasustada seadusega ettenähtud korras.
- Mõttele läbi tegevused, kuidas töötajate läbipõlemist vältida. Võimalda töötajatel suhelda oma lähedastega ja aita [vaimse tervise alase](#) toe leidmisel.

LISAINFO

- Informatsiooni koroonaviirusega seotud küsimustes jagab üleriigiline abi- ja infotelefon **1247**. Telefon töötab ööpäevaringselt ja on helistajatele tasuta.
- Tervisealast nõu jagab üle-eestiline perearsti infotelefon **1220**.
- Juhised hooldustöötajatele ja hoolekandetasutuste töötajatele enese kaitsmiseks koroonaviiruse haiguse COVID-19 viiruse puhangu ajal, on leitavad siit: https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/COVID-19/juhised_hooldustootajatele_ja_hoolekandetasutustele_est.pdf.
- Alates 18.03.2020 käivitus **hingehoidjate telefoninõustamine, millega hooldekodud ja raviasutused saavad personaalse hingehoidja**. Hingehoidjad

nõustavad telefoni teel patsiente, kliente ja nende lähedasi ning personali. Selleks tuleb ravi- või hoolekandeesutuse juhil võtta ühendust sotsiaalministeeriumi haiglate- ja hoolekandekaplanaadiga, kes korraldab hingehoidjate tööd. Kontakt: Katri Aaslav-Tepandi, +37256453144 /+3726269226, e-post: Katri.Aaslav-Tepandi@sm.ee.

- Asendushooldusteenuse osutajatele seni pakutud tugiteenuste osutamine jätkub. Teenuseid osutatakse sidevahendite teel. Lisainformatsioon ja kontaktid on leitavad [siit](#).