

Koululaisen infektioiden torjunta

Kouluissa leviävät eniten tavallisia hengitystie- ja suolistoinfektioita aiheuttavat virukset. Infektioiden ehkäiseminen kouluissa ja kotona vähentää sairauspoissaoloja ja epidemioita. Tässä ohjeessa esitetyillä toimenpiteillä voitte vähentää infektioiden leviämistä.

Tartuntojen ehkäisy

Monet taudit leviävät suoralla kosketuksella, tai hengitystie-eritteiden, ulosteiden tai niiden tahraamien pintojen välityksellä. Läheiset kontaktit lisäävät mikrobien tarttumista henkilöstä toiseen. Jos tartuttava erite pääsee suun, nenän tai silmän limakalvolle, se voi aiheuttaa taudin. Infektioiden torjunta perustuu näiden tartuntareittien katkaisuun.

Käsihygienia

Käsihygienia on tärkein yksittäinen keino infektioiden ja tartuntojen torjunnassa sekä aikuisilla että lapsilla. Kynnet suositellaan pitämään lyhyinä, sillä pitkien kynsien alle kertyy helposti likaa, jota voi olla vaikea puhdistaa.

Käsienpesu vedellä ja saippualla

- aina wc-käyntien jälkeen
- aina ennen ruokailua tai ruokien käsittelyä
- aina nenän niistämisen jälkeen; vaihtoehtoisesti voi käyttää alkoholipohjaista käsihuuhdetta

Käsihuuhteen käyttö

Käsihuuhdetta voidaan käyttää tilanteissa, joissa käsienpesu ei ole mahdollista tai kun halutaan tehostaa käsihygieniaa pesun jälkeen tapahtuvalla käsihuuhdehieronnalla. Käsihuuhdetta voidaan käyttää esim. ulkona.

Yskimishygienia ja nenän niistäminen

Yskimisessä, aivastamisessa ja niistämisessä syntyy paljon pisaroita, joiden kautta virukset leviävät helposti.

Käsienpesu:

- kastele kädet
- ota saippua annostelijasta ja hiero kaikkialle käsiin huomioiden peukalot ja sormenpäät
- huuhtelee kädet huolella
- kuivaa kädet käsipaperiin ja sulje hana käsipaperilla

Käsihuuhdehieronta:

- ota riittävästi (2 annosta, lammikko) käsihuuhdetta kämmenelle
- hiero käsihuuhdetta kaikkialle käsiin
- huomioi erikseen sormenpäät ja peukalot

Yskiessä ja aivastaessa suu suojataan joko kyynärtaipeella tai nenäliinalla. Myös vaatteen sisään voi yskiä/aivastaa. Kädet tulee puhdistaa joko käsienpesulla tai käsihuuhteella.

Niistämisessä käytetään kertakäyttöistä paperinenäiliinaa, jonka jälkeen paperi laitetaan jätteisiin ja kädet pestään ja/tai desinfioidaan.

Rokotukset

Kouluterveydenhuollossa annetaan kansalliseen rokotusohjelmaan ([Rokotusohjelma lapsille ja aikuisille - THL](#)) kuuluvia rokotteita.

Jatkossa myös TBE-rokotusten perussarja tarjotaan niille lapsille, jotka ovat peruskoulussa THL:n määrittelemillä riskialueilla Länsi-Uudellamaalla. ([TBE-rokote eli "punkkirokote" - THL](#)).

Jos sinulla on kysyttävää rokotuksiin liittyen, ota yhteyttä kouluterveydenhoitajaan.

Tartuntatautien seulonta

Jos perheesi on muuttanut Suomeen ulkomailta, lapsesi voi olla oikeutettu tiettyjen tartuntatautien seulontaan.

Jos sinulla on kysyttävää tartuntatautien seulonnasta, ota yhteyttä kouluterveydenhoitajaan.

Muut hygieniakäytännöt

Päähineet, kaulahuivit sekä kammat, harjat ja hiuskoristeet ovat henkilökohtaisia eikä niitä tule vaihdella kavereiden kanssa. Niitä on myös hyvä pestä säännöllisesti. Myöskään vaatteita ei kannata lainata tai vaihdella kavereiden kanssa, eikä samasta juomapullostasta pidä juoda.

Perusperiaatteet koskien koulusta poissaoloa

Joidenkin sairauksien kohdalla riittävän pitkä koulusta poissaolo on välttämätöntä epidemian ehkäisemiseksi. Monien sairauksien osalta eristäytymisellä ei ole merkittävää vaikutusta tartuntojen ehkäisyyn.

Alla olevat viitteelliset ajat on laadittu ennen kaikkea ajatellen tautien tartuttavuutta. Ohjeissa ei siis oteta kantaa siihen, kauanko lapsen on oltava poissa koulusta toipuakseen itse taudista, vaan tämä asia on harkittava aina tapauskohtaisesti. Antibioottihoito ei automaattisesti merkitse, että lapsen tulisi jäädä kotiin.

Sairaus	Milloin voi palata kouluun?
Hinkuyskä	Ab-kuurin päätyttyä tai jos oireiden alkamisesta on kulunut vähintään 3 viikkoa.
Oksennus- ja ripulitaudit Vatsatauti , Magsjuka , Stomach flu	24 tuntia oireiden loputtua; norossa 48 tuntia oireiden loputtua. Poikkeuksena EHEC, shigella, salmonella, lavantauti ja pikkulavantauti, joissa kouluun paluu tapahtuu infektioidentorjuntayksikön ohjeiden mukaan.
Streptokokki A - nielutulehdus ("angiina"), tulirokko	24 tuntia antibioottihoiton aloituksesta.
Märkärupi Märkärupi , Svinkoppor , Impetigo	Kun ruvet ovat kuivuneet ja suun kautta otettavan antibiootin aloituksesta on kulunut 24 tuntia/voidehoidon aloituksesta on kulunut 48 tuntia.
Vesirokko	Kun kaikki ruvet ovat kuivuneet, yleensä 5–6 vrk ihottuman alusta.
Syyhy Syyhyn itsehoito-ohje eri kielillä	Yhteys aina lääkäriin. Kouluun voi palata seuraavana päivänä ensimmäisen hoitokerran jälkeen.
Flunssa, influenssa, parvorokko enterorokko Enterorokko , Enterovirus , Hand, foot and mouth disease	Kun lapsi jaksaa osallistua koulun normaaliin päivärytmiin. Yksi kuumeeton päivä on hyvä nyrkkisääntö. Pitkittänyt kotiin jääminen ei yleensä estä jatkotartuntoja.
Silmätulehdus	Hoitoa kotona tarvitaan vain voimakasoireisissa tilanteissa.
Korvatulehdus	Kun lapsi on kuumeeton ja yleisvointi on hyvä.
COVID-19- koronavirustauti	Kun oireet ovat selvästi vähentyneet, kuume on poissa ja lapsen yleisvointi on sellainen, että hän jaksaa osallistua opetukseen.
Kihomadot Kihomadot , Springmask , Pinworms	Todetaan ja hoidetaan, mutta ei vaadi poissaoloa koulusta.
Päätäit Päätäit Huvudlöss Head lice	Seuraavana päivänä hoitokerran jälkeen.
Ontelosyylät "molluskat"	Ei vaadi poissaoloa koulusta.