

Ilusalongi hea hügieenitava



Tallinn 2022

Eessõna

Iga iluteenindaja peab mõistma, et salongi hügieen on iga pakutava teenuse võtmekomponent. Kõrgel tasemel puhtuse tagamine aitab minimeerida mikroobide ja infektsiooni levikut salongi töökeskkonnas ning kujundada klientidel positiivset kogemust saadud teenusest. Selle tulemusena loob ettevõtte hea maine ning klientidel tekib usaldus salongi vastu, kus pööratakse tähelepanu üksikasjadele ja kus iga tegevus on läbi mõeldud. Nii salongi omanik kui ka töötajad peavad saama piisavalt tervisekaitsealaseid teadmisi ja olema teadlikud hea hügieenitava põhimõtetest, mida tuleb salongis järgida.

Kuidas veenduda, et hoolitsete oma töökoha hügieeni eest? Selles teabematerjalis käsitleme peamisi teemasid, mis aitavad mõista hügieeni tagamise lähtepunkte ja annavad juhiseid, kuidas teha selleks kõik endast olenev.

1. Miks on salongi hügieeni kõrged standardid nii olulised?

Iluteenuste osutamine tähendab seda, et teenindaja puutub iga päev kokku erinevate klientidega ja pakub hooldust alates juuksuriteenusest pediküürini ja isegi kõige intiimsemate piirkondadeni. Seda kõike silmas pidades on ülitähtis, et ettevõttes oleks esiplaanil hügieeni reeglite nõuetekohane täitmine ja korralik majapidamine. See aitab tagada ettevõtte toimimise selliselt, et kellegi tervis ei ole ohustatud. Puhas ja turvaline keskkond aitab luua usaldust, edendada äritegevust ja vältida selliseid probleeme nagu ristsaastumine ning haigustekitajate edasikandumine. Iluteenindaja tööriistad (kammid, käärud, pintsetid) on ristsaastumise peamised allikad. Kui jätta panustamata hügieeni ja mikroorganismide leviku peatamisele, siis võivad seemned, viirused, parasiidid ning bakterid levida kergesti tööriistade kaudu klientide vahel ja suurendada infektsiooni levikuriski. Igal iluteenindajal on tähtis veenduda, et infektsiooniriskid töökohal on kontrolli all, ja tagada, et haigustekitajad ei kanduks salongis inimeselt inimesele.

2. Mille eest me kaitseme?

Ilusalongi tegevuse eripärast tulenevate mikrobioloogiliste riskide hulka võib liigitada neli rühma mikroskoopilisi potentsiaalseid haigustekitajaid. Terviseriskid varieeruvad sõltuvalt teenuse iseloomust, kasutatavatest tööriistadest ja seadmetest, klientide ning teenindajate tervises seisundist ja rakendatavatest nakkustõrjemeetmetest.

- Bakterid** on mikroskoopilised üherakulised elusorganismid, mis eksisteerivad üksikute rakkude või eostena. Bakterite vegetatiivsed vormid hävivad kergesti niiskes keskkonnas või kemikaalide kasutamise järel. Eosed on märksa vastupidavamad. Sobivates tingimustes paljunevad bakterid kiiresti (mõned eritavad toksiine) ja võivad olla infektsiooni põhjustajad. On tähtis, et salongis oleksid bakterite kogunemis- ja paljunemisvõimalused minimeeritud. Kõik bakterid ei ole alati inimesele ohtlikud. Inimorganismis on palju baktereid, kes on kahjutud ja organismi korrapärase talitluse jaoks isegi vajalikud ja kasulikud (välja arvatud juhul, kui nad levivad väljaspool nende tavapärasest keskkonda, näiteks satuvad steriilsetesse kudedesse). (vt Lisa 1)
- Viirused** on haigustekitajad, kes elavad ja paljunevad ainult elusrakkudes ning põhjustavad paljusid viirushaigusi. Viirused võivad muutumise teel moodustada uusi tüvesid. Viiruslikud nakkushaigused on iluteeninduses palju murettekitavamad kui bakterid (vt lisa 2). Võrreldes bakteriaalsete nakkushaiguste vastaste võitlusvõimalustega on viirusvastaseid ravimeid vähe. Antibiootikumid ei hävita viirusi. Sagedasimad ning kõige ohtlikumad viiruslikud verenakkused on B-, D- ja C-viirushepatiit ning HIV nakkus. Ravimata juhtudel võivad need verenakkused lõppeda surmaga.

Lisaks eeltoodule on uuringuid, kus käsitletakse mõningaid bikiinitsooni karvade eemaldamisega kaasnevaid viiruslike nakkushaigusi, nagu *herpes simplex*'i ja HPV-ga seotud tüügaste epidermise düsplaasia.
- Mõned **seened** (enamasti dermatofüüdid ja pärmseened) võivad põhjustada mitmesuguseid naha- ja limaskestade infektsioone, mis kahjustavad inimese nahka, limaskesta ning küüsi. Paljudel juhtudel hoiab seeninfektsioone kontrolli all bakterite konkurents. Kui bakteriaalsete infektsioonide korral manustatakse laia toimespektriga antibiootikume, siis võivad seeninfektsioonide tekitajad hakata intensiivsemalt arenema.
- Mõned **parasiidid** on seotud nakkushaigustega. Nad on kas nakkuse kandjad või põhjustavad ise nakkushaigusi. Nende hulka kuuluvad näiteks peataid ja sügelisest.

Nakkuse levikut ühelt inimeselt teisele nimetatakse ristinfektsiooniks. Nähtavate infektsioonitunnustega inimesed on ilmselgeks nakkusallikaks ning sellised isikud ei tohi kliente teenindada ega ise iluteenuseid saada, sest see võib põhjustada ilusalongis ristsaastumise ja halvimal juhul viia haiguspuhanguni.

Samas tuleb arvestada, et ka asümptomaatilised isikud võivad olla nakkusohtlikud, mida paraku ei ole alati võimalik kindlaks teha. Seetõttu tuleb järgida kõikide klientide ja iga protseduuri puhul hea hügieenitava reegleid.

Iga kord enne protseduuri alustamist peab iluteenindaja hindama kokkupuute võimalikkust kliendi verega, kehavedelikega, kahjustatud nahaga, limaskestadega, saastatud instrumentide või pindadega, tööriiete võimalikku saastumist mikroorganismidega. Eesmärk on viia miinimumini risk nakatuda ise või nakatada järgmisi kliente.

3. Ilusalongi hea hügieenitava võtmelülid

Hügieeni aitab tagada igapäevaste tegevuste kompleks (standardabinõud), mille eesmärk on tõkestada võimalike mikroorganismide ülekannet ja seeläbi vähendada nakkushaiguste tekkeriski. Kõigi ilusalongitöötajate kohustus on järgida standardabinõusid. Salongi omanikul tasub veenduda, et igal salongitegevuse etapil oleksid hügieeniküsimused hästi läbikaalutud, kohustused salongi personali vahel jaotatud ja vastutavad isikud määratud.

1. Salongi sisekujundus

Salongi hästi läbimõeldud disain võib infektsioonitõrje lihtsustamisele kaasa aidata. Järgida tuleb alltoodud põhimõtteid.

Salongi seina- ja põrandapinnad ning sisekujunduselemendid peavad olema heas korras, kergesti puhastatavad ja vajaduse korral desinfitseeritavad. Selleks tuleb kasutada veekindlat, mitteimavat, pestavat ja mittetoksilist materjali.

Riidest käterätikute asemel tuleb eelistada ühekordseid paberrätikuid.

Vaipade asemel tuleb kasutada tugevat mittelibedat põrandakatet. See on oluline nii hügieenilistel põhjustel kui ka libisemise ja komistamise riskide vähendamiseks. On leitud, et iga neljanda tööõnnetuse põhjustab libisemine või komistamine.

Sooja ja külma joogiveega pesemisvõimalus on hädavajalik, et iluteenindaja saaks pärast iga kliendi teenindamist pesta käsi ning tööriistu. Ilusalongi igasse tööruumi tuleb hügieenitoimingute jaoks paigaldada vähemalt üks kraanikauss, mis peaks asuma mugavalt töökoha lähedal ning olema alati ligipääsetav. Head hügieeni on kergem saavutada, kui iluteenindaja ei pea hügieeniprotseduuride tegemiseks kõndima töökohast kaugemale. Parim koht valamu jaoks on iluteenindaja töökohast mõne sammu raadiuses ning sisse- või väljapääsu lähedal. Teaduskirjanduses rõhutatakse, et kui kraanikaussidele on raske ligi pääseda, siis hügieeniprotseduuride kvaliteet halveneb.

Valamu peab olema sellise suuruse ja kujuga, et hügieeniprotseduure saaks teha tõhusalt ja põhjalikult. Mugavuse poolest peetakse heaks lahenduseks näiteks infrapunasensoriga kraane.

Lisaks tööruumidele peab kraanikauss olema ka ilusalongi tualettruumis isikliku hügieeni tagamiseks. Tuleb meeles pidada, et tualettruumis ja tööruumis asuvate valamute sihtotstarve erineb. Tualettruumi valamu on ette nähtud isikliku hügieeni toiminguteks ning tööruumi valamu tööprotsesside hügieeni tagamiseks.

Materjalide ja seadmete hoidmiseks, samuti steriliseerimiseseadmete jaoks peab olema piisavalt ruumi.

Instrumentide desinfitseerimisel või keemilise steriliseerimise läbiviimisel on ülitähtis, et tagatud oleks tõhus kohtventilatsioon vastavalt kemikaalide kasutusjuhenditele.

Hea tava kohaselt asub klientide ooteruum, raha käitlemise koht jms salongi töötsoonist eraldi. Samuti peavad puhkeruum ning söömis- ja joomisala olema töö- ja laoruumidest eraldi.

2. Isiklik hügieen

Iga klient ootab teenusepakkuvalt teenuste osutamisel head isiklikku hügieeni. Iga iluteenindaja kohustus on hoida end klientide teenindamisel puhtana. Viis, kuidas iluteenindaja riides käib ja enda eest hoolitseb, on tema erialal väga tähtis ja mitte ainult professionaalse kuvandi säilitamiseks, et veenda klienti uuesti salongi tulema. Terviseohutuse vaatekohast võib halb isiklik hügieen põhjustada mikroorganismide levikut, näiteks võivad mustad küünealused, pesemata käed ja riided soodustada mikroobide paljunemist ning klientidele edasi kandumist.

Iluteenindajal tasub olla tähelepanelik ja kriitiline oma kehalõhna, suuhügieeni, jalgade ja juuste eest hoolitsemise ning tervise suhtes.

Küünte ja käte eest hoolitsemine.

Käed on iluteenindaja tööriistad. Need on alati nähtaval. Seega tasub veenduda, et need on terve päeva puhtad. Kätehügieen on standardabinõude peamine punkt, mis aitab iluteeninduses tõhusalt minimeerida mikroorganismide ülekandumist.

Enne protseduuri alustamist tuleb käed korralikult puhtaks pesta ja kuivatada. Nende toimingute sooritamine kliendi ees annab talle lisasignaali, et iluteenindaja hoolib puhtusest ning kasutab hügieenilisi töövõtteid.

Tuleb vältida tahke tükiseebi kasutamist, sest seal võivad bakterid ellu jääda ja isegi paljuneda. Eelistada tuleb dosaatoriga vedelseepi.

Mõne hoolitsuse puhul (nt kui tegemist on väga tundlike kehapiirkondade ja hoolitsusega) ei piisa üksnes käte pesemisest, vaid vajalik on töödelda käsi antiseptikumiga ning kasutada ühekordseid kaitsekindaid.

Korralik käte kuivatamine pärast pesemist peaks olema kätehügieeni lahutamatu osa. Pärast käte kuivatamist jäänud veekogus on otseselt seotud kontakti teel edasikanduvate mikroorganismide hulga – mida suurem veekogus, seda rohkem mikroorganisme (mikroorganismide niiske keskkonna eelistused põhinevad nende füsioloogial). Samuti on üldtunnustatud, et mikroorganismide edasikandumine tekib tõenäolisemalt märja naha kui kuiva naha kaudu.

Käte kuivatamisel pole vähem tähtis kuivatamismeetodi valik. Hügieeni seisukohalt tuleb eelistada paberrätikuid elektrilistele õhukuivatitele. Uuringud näitavad, et õhukuivatite kasutamisega kaasneb ristsaastumise oht, seetõttu soovitatakse suurema riskiga keskkondades kuivatada käsi paberrätikutega.

Kui teenindaja kätel esinevad haavad või marrastused, siis tuleb need ristinfektsiooni tekke vältimiseks katta plaastriga.

Iluteenindaja sõrmeküüned tuleb hoida lühikesed ja puhtad. Lühikesed küüned (mis ei ületa 2 mm sõrmeotsast kaugemale) võimaldavad tagada käte korrapärase puhastamise. Vastupidi pikad küüned ja kunstküüned soodustavad orgaanilise mustuse kogunemist ning moodustavad mikroorganismidele soodsa varjupaiga. Peale infektsiooni leviku riski võivad pikad küüned traumeerida kliendi nahka.

Kunstmaterjaliga kaetud küüned koguvad loomulikest küüntest rohkem mikroorganisme ja neid on raskem puhastada. Uuringud on näidanud, et lõhenenud küünelakk või üle nelja päeva kantav küünelakk võivad sisaldada mikroorganisme, mida ei eemaldata käsitsi pesemisega. Uuringute andmetel võib geellakk kahjustada küüsi, mille tulemusena küüned nõrgenevad ja hõrenevad, suurendades küünte murdumise ohtu.

Käsi tuleb hooldada (sh kreemitada) nii sageli, kui vajalik. Spetsiaalsed hooldusvahendid ja kreemid soodustavad naha kaitsemehhanismide säilimist, reguleerivad niiskust ja rasvasisaldust, hoolitsevad naha elastsuse ja pehmuse eest.

Rõivad ja ehted.

Iluteenindaja peab kandma sobiva löike ja tegumoega tööriietust. Vältida tuleb sügava dekolteega riideid.

Tööriietuse küsimust on võimalik lahendada mitmel moel. Mõnes salongis nõutakse põlle või vormiriietust, teistes on lubatud riietuda vabalt, kuid viisakalt. Töörõivad peavad olema kergesti pestavad ja mugavad, soovitatavalt lühikeste varrukatega. Varrukad ei tohi käte pesemise ajal segada ega märjaks saada.

Personali tööriided tuleb hoida teistest riietest eraldi.

Ehete puhul tuleb arvestada, et need võivad kinni jääda kliendi juustesse, tööriistadesse ja seadmetesse ning põhjustada vigastusi. Samuti võivad ehted olla ristinfektsiooni allikaks, sest nende ümber koguneb mustust ja mikroorganisme. Seetõttu soovitakse tungivalt iluteenindajatel tööajal ehete kandmisest loobuda või vähemalt pikki ja rippuvaid ehteid mitte kanda.

Enne käte pesemist tuleb kellad ja randmeehted eemaldada.

Õiged tööjalatsid on sama tähtsad kui õiged töövahendid. Tööjalatsid peavad olema ergonoomilised, mugavad, kerged ja hingavad.

3. Iluteenindaja tervisekontroll

Tervisekontroll on ette nähtud töövaldkondades, mis võivad olla võimalike nakkushaiguste puhangute ja epideemiate tekkekohtadeks.

Iluteenuseid osutavatel töötajatel on tervisekontroll **enne tööle asumist** kohustuslik ning selle eesmärk on ennetada nakkushaiguste levikut klientidele nakkusohtlike töötajate poolt tööprotsesside kaudu.

Samuti **on tööandjal õigus saata töötaja täiendavasse tervisekontrolli** vastavalt töökoha riskihindamise tulemustele. Vajadus täiendavaks tervisekontrolliks võib tekkida olukorras, kus tööprotsesside käigus on toimunud nakkuse levik või töökollektiivis ilmneb mõnel töötajal nakkushaigus. Sellisel juhul tuleb tööandjal suunata vastavalt riskihindamise tulemusele ilusalongi töötaja või töötajad täiendavasse tervisekontrolli.

4. Isikukaitsevahendid

Mikroorganismide ülekandumise ja ristinfektsiooni leviku minimeerimiseks kasutatakse isikukaitsevahendeid. Isikukaitsevahendid valitakse olenevalt riskianalüüsi tulemustest (teenuse iseloom, kokkupuute võimalikkus nakkustekitajatega, verega jne) ning arvestades kasutatavate kemikaalide ohutuskaartide juhiseid.

Isikukaitsevahendeid hoitakse puhtas kuivas kohas. Isikukaitsevahendite kogumine taskusse ei ole soovitatav.

• Kaitsekindad

Kaitsekinnaste valikul tuleb lähtuda sihtotstarbest.

- Ühekordse kasutusega mittesteriilseid tehaspuhtaid nitril- ja latekskindad valitakse siis, kui on võimalik kokkupuude vere, kehavedelike, eritiste, limaskestade, kahjustatud naha ja saastunud pindadega, samuti invasiivsete protseduuride korral. Kaitsekindad pannakse ainult puhastatud ja kuivadele kätele ning eemaldatakse vahetult pärast kasutamist. Kindad peavad olema puhtad, terved, paraja suurusega, ühekordseks kasutamiseks. Selliseid kindaid ei desinfitseerita ega kasutata teise kliendi teenindamisel. Kui kaitsekinnas puruneb või on hetkeks käest eemaldatud, siis tuleb see ära visata ja võtta uus.
- Ühekordse kasutusega mittesteriilsed vinüülkindad on protseduurideks, mil kokkupuude vere ja teiste koevedelikega on ebatõenäoline.

- Korduskasutatavad mittesteriilsed individuaalsed puhtad kindad, mis kaitsevad töötaja käte nahka, on vajalikud koristamisel, kemikaalide kasutamisel, instrumentide hooldamisel.

Kinnaste eemaldamise järel puhastatakse käed antiseptikumiga.

- Kaitsekitlid/kilepõlled

Neid kasutatakse oma naha ja riiete kaitseks tegevuse korral, kui võivad tekkida pritsmed või puututakse kokku vere, kehavedelike, eritiste, saastunud pindade ja seadmetega. Kaitsekittel/kilepõll on ühekordselt kasutatav, see eemaldatakse vahetult pärast protseduuri. Eemaldamise järel puhastatakse käed antiseptikumiga. Kaitsekitlit/kilepõlle vahetatakse pärast iga kliendi teenindamist.

- Kaitsemaskid

Neid kasutatakse kliendi kaitseks kontaktsete protseduuride tegemisel. Iluteenindaja kaitsmiseks soovitatakse epidemioloogilistel näidustustel (nakkusohu korral) kasutada FFP2 respiraatorit ilma klapita. Kui iluteenindaja on köhinud, aevastanud, mask on niiskunud või on möödunud 3 tundi, siis tuleb see eemaldada. Respiraatorit tuleb kasutada vastavalt tootjapoolsele kasutusjuhendile. Kui maski/respiraatorit enam ei vajata, asetatakse see jäätmekotti.

Mask/respiraator ei ripu kaelas.

Pärast maski/respiraatori eemaldamist puhastatakse käed antiseptikumiga.

- Kaitseprillid või visiir

Neid kasutatakse siis, kui on võimalik vere, kehavedelike, eritiste pritsmete teke. Taaskasutatavad kaitseprillid puhastatakse ja desinfitseeritakse pärast iga kasutuskorda. Isiklikud prillid ei ole isikukaitsevahendid ega taga töötaja adekvaatset kaitset. Pärast kaitseprillide eemaldamist puhastatakse käed antiseptikumiga.

5. Respiratoorne hügieen ehk köhaetikett

Köhimisel või aevastamisel kaetakse nina ja suu ühekordse pabertaskurätikuga. Taskurätiku puudumisel kaetakse nina ja suu käsivarrega. Pärast aevastamist või köhimist pestakse käed või puhastatakse käed antiseptikumiga.

6. Aseptiline tegevus

Aseptika all mõistetakse kõiki toiminguid, mille eesmärk on infektsioonide tekke ja leviku takistamine. Aseptikaga seotud kesksed mõisted on puhastamine, desinfitseerimine ja steriliseerimine. Need on põhimeetodid, mille abil tagatakse, et iluteeninduses kasutatavad vahendid ja ilusalongi keskkond ei tekitaks kliendile nakkusohu.

Aseptiline tegevus on eesmärkide mõistmine, töö hoolikas etteplaneerimine, töökoha ja instrumentide ettevalmistamine, kaitsevahendite kasutamine, kätehügieen ning rahulik töötempo.

7. Tööriistad ja instrumendid

Salongivarustus (tööriistad/seadmed) on salongides üks levinumaid ristsaastumise allikaid. Soovitatav on ilusalongi töö korraldamisel eelistada ühekordseid vahendeid. Korduskasutatavad vahendid puhastatakse, desinfitseeritakse ja vajadusel steriliseeritakse pärast iga kasutamiskorda tootja juhiste järgi ning olenevalt instrumentide riskikategooriast (mittekriitiline, poolkriitiline, kriitiline).

Tööpindade ja instrumentide töötlemiseks ette nähtud desinfektsioonivahendeid ei tohi kasutada inimese nahal, juustel ega küüntel.

Praktikas jääb tihti peale tähelepanuta instrumentide puhastamisjärgne korrektne kuivatamine ja hoiustamine, mis on väga tähtis nakkushaiguste edasikandumise minimeerimiseks. Paljud uuringud rõhutavad seost märgade või valesti kuivatatud instrumentide ning vee kaudu levivate nakkushaiguste tekke vahel. Pärast puhastamist tuleb tööriistad ja instrumendid korrapäraselt kuivatada puhta

ebemevaba rätikuga või ühekordselt kasutatavate paberrätikutega ning hoiustada puhtas kuivas tolmuvabas kohas (näiteks suletav hoiusahtel või -konteiner). Instrumentide hoiustamise konteinerid peavad olema niiskuskindlad ja puhastatavad.

Teravaid lõike-torkevahendeid kasutatakse ettevaatlikult, ei ulatata otse käest kätte ning asetatakse kohe pärast kasutamist selleks ettenähtud ja vastavalt märgistatud spetsiaalsesse konteinerisse. Konteiner suletakse lõplikult, kui see on täitunud $\frac{3}{4}$ ulatuses.

Kasutatud instrumente/seadmeid käsitsedes välditakse naha, limaskestade kokkupuudet, tööriiete saastumist, patogeenide edasikandumist teistele klientidele ja keskkonda.

Hea hügieenitava näeb ette, et salongi rätikuid ja muid riidesemeid pestakse regulaarselt ning iga kliendi jaoks kasutatakse eraldi rätikut. See vähendab mikroobide edasikandumise ohtu klientide vahel. Pesemata korduskasutatavaid rätikuid ei tohi taaskasutada, sest niiske ja soe keskkond soodustab mikroorganismide paljunemist, mistõttu kujutab kasutatud niiske rätik ristsaastumise ohtu. Mikroobide hävitamiseks pestakse korduskasutatavaid rätikuid jm salongi pesu ja riidesemeid kõrgel temperatuuril. Efektiivne puhastus koos pesuvahendiga toimub alates 60 °C.

8. Kosmeetikatoodete kasutamine

Hea töötava ja hügieenilised töövõtted aitavad tuntavalt vähendada ristsaastumise ohtu ning vältida kosmeetikatoodete saastumist mikroorganismidega. Kehv jumestushügieen ja saastunud kosmeetikatooted võivad põhjustada selliseid nakkushaigusi nagu silmapõletik, herpes jms.

Enne iluteenuse alustamist tuleb kontrollida kosmeetikatoodete minimaalset säilimistähtaega. Neid ei tohi kasutada pärast minimaalse säilimistähtaja lõppu. Samuti tuleb välja selgitada, kui kaua saab toodet pärast avamist kasutada ja kuidas tooteid õigesti säilitada.

Kosmeetikatoodete ristsaastumise vältimiseks ei tohi neid jagada teiste isikutega ega pista iluteenuse käigus kliendi nägu või keha puudutanud tööriistu tagasi kosmeetikatootesse. Üksikprotseduuri jaoks väikese koguse toote eraldamiseks tuleb kasutada puhast tööriista (nt spaatlit või pintslit). Püsikliendi jaoks võib kasutada individuaalseid konteinereid või just tema jaoks ette nähtud jumestustarbid. Samuti tuleb iga kliendi jaoks kasutada ühekordselt kasutatavaid käsnasid ja puhtaid puudripahve.

Tuleb vältida pintslite ja kosmeetikatoodetele puhumist. Puhumisel võib iluteenindaja sülg ja mikroobid üle kanduda jumestustarvikutele. Põhimõtteliselt on see võrdväärne sellega, kui kelner puhuks serveerimise ajal kliendi toidu peale.

9. Ümbritseva keskkonna puhastamine

Salongi tööpindadel, näiteks laudadel ja põrandatel, on suur kasutuskoormus. Iluteenindaja töökoha ümber kogunenud lõigatud küüned ja karvad on klientidele ebameeldivad ning esindavad töökeskkonna jaoks füüsilist ja mikrobioloogilist ohtu. Need tuleb kiiresti eemaldada selleks, et hoida ära õnnetusjuhtumeid (nt libisemine, komistamine) ning vältida mikroorganismide levikut töökeskkonnas.

Ilusalongi ruume ja põrandaid (sh tualettruume) tuleb puhastada regulaarselt, aga mitte harvem, kui üks kord päevas. Tähelepanu tuleb pöörata sageli katsutavate pindade puhastamisele (nt ukselingid, lülitid, kutsenupud jne).

Puhastamisel tuleb järgida kuldreeglit – puhastamist tuleb alustada puhtamatelt pindadelt või puhtamast ruumist ning liikuda määrdunumate suunas. See aitab vältida ruumide ja pindade ristsaastumist haigustekitajatega.

Iga tööpäeva lõpus tasub veenduda, et põhjalik põrandapuhastus on tehtud ja salongi põrand on järgmiseks päevaks valmis. Ilusalongi keskkond peab olema visuaalselt puhas ja tasub meeles pidada, et pinnad saab puhtaks vaid puhaste töövahenditega. Pärast puhastust koristusinventaar puhastatakse ning taaskasutatavad lapid pestakse.

Iga salong kasutab mööblit, olgu selleks toolid, voodid või lauad. Hea hügieenitava näeb ette, et mööblit puhastatakse mustuse kogunemise ja hügieeni halvenemise vältimiseks pärast iga kasutuskorda. Protseduurikohti, nagu kušetid ja protseduuritoolid, tuleb iga kliendi järel põhjalikult puhastada ja panna vajaduse korral pinnale uus ühekordne kate.

Ristsaastumist aitab vältida kergesti puhastatavast materjalist (nt vinüülist või PVC-st) valmistatud salongimööbel. Mööbli enneaegse kulumise vältimiseks on soovitatav veenduda, et mööbli jaoks kasutatakse õigeid puhastusvahendeid. Näiteks võivad alkoholipõhised puhastusvahendid põhjustada mööblikate pragunemist ja muuta see aja jooksul hapraks. Kui mis tahes materjali pind on purunenud, on seda väga raske korralikult puhastada ning sel viisil tekibki hea võimalus mikroobide kogunemiseks ja paljunemiseks.

Alati tuleb lähtuda tootja kasutusjuhiseist ja valida puhastamismeetod tootja juhiste järgi.

10. Jäätmekäitlus

Iluteenuseid pakkuvates ettevõtetes tekib tööprotsessi käigus eri liiki jäätmeid. Muu hulgas tekivad teatud iluteenuste puhul lisaks tavajäätmetele ka ohtlikud jäätmed. Iluteenuste kontekstis ohtlike jäätmete olulisemad alamliigid on:

- teravad ja torkivad jäätmed, mis on ohtlikud, kuna võivad tekitada haavandeid, mille kaudu saavad ligipääsu haigustekitavad mikroorganismid. Seetõttu tuleb neid käidelda kui ohtlike jäätmeid, isegi kui nakkusohu tegelikult puudub;
- nakkusohutlikud jäätmed, mis võivad edasi kanda erinevaid mikroorganisme (nt baktereid, viiruseid, parasiite). Nende jäätmete hulka kuuluvad näiteks veri, verega kokku puutunud ühekordselt kasutatavad materjalid, nakkusohutlike isikute jäätmed. Kui on kahtlus nakkusohutlikkuses, siis tuleb lähtuda ettevaatusprintsipiist ning käsitleda eset nakkusohutliku jäätmena.

Et jäätmed ei kujuneks ohuks, peab iluteeninidaja olema teadlik tagajärgedest, mis ilmnevad jäätmete vale haldamise korral. Ebakorrekne jäätmete käitlemine võib põhjustada nakkusohu personalile ja kliendile. Ristsaastumise vältimiseks tuleb muretseda üldjäätmete, inimkudede või kehavedelikega saastunud jäätmete ja teravate esemete jaoks eraldi jäätmekäitluskohad ning seda juba ettevõtte planeerimise käigus. Jäätmete sortimisel ja kogumisel tuleb lähtuda Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) soovitude alusel koostatud [juhendamaterjalist](#). Iluteenuse pakkuja peab tagama ohutu käitlus jäätmete tekkimisest kuni kõrvaldamiseni.

Jäätmehahuti või -nõu peab olema isesulguva kaanega, heas korras, kergesti puhastatav ja vajaduse korral desinfitseeritav. Nakkust tekitada võivate ohtlike jäätmete ja nende pakendite märgistamise korra kohaselt peavad jäätmepakendid olema selgelt eristatavad ning teave peab olema loetav ja arusaadav. Jäätmed eemaldatakse salongiruumist nii sageli kui vaja, kuid vähemalt tööpäeva lõpus. Nakkusohutlike jäätmete kogumise konteinereid ja kotte võib täita vaid ¾ ulatuses.

Kuna iluteenuse pakkuja annab kogutud jäätmed üle teisele jäätmekäitlejale, tuleb tal arvestust pidada jäätmete sihtkoha, kogumissageduse ning veomooduste kohta. Ohtlike jäätmete kogumisel peab ilusalongis olema koostatud ohtlike jäätmete äraveo kord. Ohtlikud jäätmed tuleb anda üle ohtlike jäätmete käitlusalusele omavale ettevõttele. Seejuures peab iluteeninidaja veenduma, et jäätmekäitlejal on üleantavate jäätmete vedamiseks/käitlemiseks asjakohane luba.

11. Ventilatsioon

Salongi töökeskkonna hügieenil on tööruumide õhu kvaliteedi tagamisel ja säilitamisel tähtis osa. Siseõhu kvaliteeti võivad negatiivselt mõjutada mitmesugused kemikaalid, sealhulgas gaasid (nt vingugaas, osoon, radoon), lenduvad orgaanilised ühendid, tahked osakesed ja kiud, orgaanilised ning anorgaanilised saasteained ja bioloogilised osakesed (bakterid, seened ja õietolm).

Iluteeninidajad kasutavad tööpäeva jooksul laia valikut kosmeetikatooteid ja muid kemikaale, sealhulgas šampoonid, juuksevärvid, sirgendajad, valgendid, juukselakid, desinfitseerivad vahendid, keemiliseks sterilisatsiooniks ettenähtud ained, mille tulemusena halveneb salongiruumide õhu kvaliteet ning suurenevad salongis viibivate töötajate terviseriskid (sh kutsehaiguste tekkemise riskid). On teada, et saastunud õhk soodustab hingamisteede ning südame- ja veresoontehaiguste teket. Ülemaailmselt

seostatakse õhusaastega enamikku kroonilise obstruktiivse kopsuhaiguse (KOK) tõttu esile kutsutud surmajuhtumeid ning suurt osa kopsuvähist, isheemilisest südamehaigusest, insuldist ning südame- ja veresoonkonnahaigustest põhjustatud surmajuhtumeid. Uuringud näitavad, et õhus levivad seeneeosed võivad süvendada allergiat ja astmat. Siseõhu saasteainetega seostatakse silma-, nina- ja kurguärritust, peavalusid, pearinglust ning väsimust. Muuhulgas on õhusaastet seostatud koroonaviiruse infektsiooni raskemate tagajärgedega.

Korralik ventilatsioon on ülitähtis nii salongis õhusaaste riskiteguritega kokkupuute minimeerimisel, õhu kaudu levivate infektsioonide ülekanderiski leevendamisel kui ka siseõhu kvaliteedi kontrollimisel ja parendamisel. Ventilatsioonile täiendavalt peab teatud kemikaalide käitlemisel (nt steriliseerimiseks mõeldud kemikaalide kasutamisel) olema tagatud ka tõhus kohtväljatõmbesüsteem.

Samuti ei tohi unustada ventilatsioonisüsteemide hooldusprotseduure tootja juhiste kohaselt. Just korrapärane hooldus aitab tagada ventilatsioonisüsteemi tõhususe.

Salongi õhukeskkonna soovitud parameetrid ja õhuvooluhulk sõltuvad mitmest tegurist, sh ruumi suuruselt, õhusaaste iseloomust ja kogusest ning ruumis viibivate inimeste arvust. Seetõttu ei pakuta kõigile ilusalongidele ühtset soovitusi tööruumide õhuvahetuse kiiruse osas, vaid antakse juhiseid tagada minimaalne õhuvahetus 2,5 l/s m² kohta. Saasteaurude levimise vältimiseks naaberruumidesse ei pea salongid kasutama teiste ettevõtete ühist ventilatsioonisüsteemi. Samuti peab salongi tööruum olema naaberruumide suhtes alarõhuline. Alarõhu säilitamiseks peab salongi õhu väljavool olema tugevam kui juurdevool. Salongi ruumidele vajalike õhuvooluväärtuste väljaselgitamisel tuleb tugineda standarditele ja ventilatsiooniekspertide soovitudele.

Tähtis on eristada ventilatsiooni ja konditsioneeride töö põhimõtteid. Ventilatsioon tagab ruumides õhu puhtuse optimaalse energiakuluga. Õhukonditsioneeride ülesanne on tagada peale õhu puhtuse ka sobiv ruumiõhu temperatuur ja niiskus.

12. Valgustus

On üldteada, et valgus mõjutab inimeste meeleolu, emotsioone ja tähelepanuvõimet. Hästi planeeritud ja ehitatud sisevalgustus töökohal avaldab positiivset mõju töö kvaliteedile ning aitab töötajatel vähendada liigset stressi. Nõutav nähtavustase ja nägemismugavus eri töökohtades sõltub töö liigist ning kestusest. Hea valguskeskkonna saavutamiseks tuleb arvestada inimese kolme põhilise vajaduse rahuldamisega: nägemisvõime ehk nägemisülesannete sooritamine, nägemismugavus, ohutus. Teisisõnu sõltub vajalik valgustustase töötaja vanusest, ülesande täitmise kiirusest ja täpsusest ning tehtava töö iseloomust. Korralik valgustus muudab kõik tööülesanded lihtsamaks, aitab tagada hügieeni, kasutada korrapäraselt tööriistu ning liikuda ohutult ühest kohast teise.

Uuringutes on täheldatud, et ilusalongi töötajad võivad päeval ajal kokku puutuda ebapiisava või sobimatu valgustusega, mis soodustab töötaja meeleoluhäirete teket, erksuse vähenemist ning võib põhjustada töö kvaliteedi halvenemist. Ebapiisava valgustuse tulemusena võivad väsida silmad ning tekkida peavalu, stress ja töõnnetused.

Teisest küljest võib ka liiga tugev valgustus põhjustada tööohutus- ja terviseprobleeme, nagu näpimeistamisest tingitud peavalud ja stress.

Nagu ventilatsiooni puhul, ei pakuta ka tööruumide valgustuse osas kõigile ilusalongidele ühtset soovitusi. Salongi tööruumide valgustustaseme väljaselgitamisel tuleb tugineda standarditele ja valgustusekspertide soovitudele.

Valgustusest rääkides tasub teenuseosutajal tähelepanu pöörata luuplampidele. Teatud protseduuride puhul on need olulised abivahendid. Luuplambid on abiks silmade pinget vähendamisel ja nägemisväsimuse ennetamisel. Kaudne ja varjudega täidetud valgustus ilusalongis mõjub nägemisele ja seega silmatervisele ebasoodsalt. Luuplambid kompenseerivad seda täiendava valgustuselemendiga. Luuplambi lisaeeelis on see, et iluteenindaja saab töötada mõlema käega.

Oluline on, et luuplambi kasutatakse üksnes tootja poolt ette nähtud eesmärkidel (kooskõlas kasutusjuhendiga) ja seda kaitstaks suurendusklaasi tuuleohtlikkuse tõttu otsese päikesevalguse eest.

13. Kasutatud kirjandus

1. [Hygiene in beauty therapy. 2006.](#)
2. [Beauty treatment - hygiene standards.](#)
3. Evaluation of bacterial and fungal contamination in hairdressing and beauty salons. 2013.
4. Knowledge, attitudes and risk of HIV, HBV and HCV infections in hairdressers of Palermo city (South Italy). 2009.
5. [Infections Associated with personal service establishments.](#) 2011.
6. [Beauty Salons are Key Potential Sources of Disease Spread.](#) 2021.
7. Methicillin-Resistant *Staphylococcus aureus* in a Beauty salon, the Netherlands. 2008.
8. Rapidly Growing Mycobacterial Infections After Pedicures. 2003.
9. Meditsiiniline mikrobioloogia. Tartu 2000.
10. [Verenakkuste leviku vältimine nahka läbistavate ilu- ja isikuteenuste osutamisel.](#) 2014.
11. [Survey of Infection Control Procedures at Manicure and Pedicure Establishments in North York.](#) 2001.
12. Awareness and practice of female beauty salon staff about human papilloma virus and its transmission in pubic hair removal using wax in Shiraz, Southwest of Iran. 2020.
13. Severe Complications of a “Brazilian” Bikini Wax. 2007.
14. [Infection Prevention and Control \(IPAC\) Guidelines.](#) 2019.
15. A comparative study of three different hand drying methods: paper towel, warm air dryer, jet air dryer. 2008
16. The Hygienic Efficacy of Different Hand-Drying Methods: A Review of the Evidence. 2012
17. Microbiological evaluation of different hand drying methods for removing bacteria from washed hands. 2019
18. [Isolatsiooniabinõud.](#)
19. [Ilu - ja isikuteenuste osutamisel kasutatavate seadmete ja instrumentide dekontaminatsioon](#)
20. Evaluation of environmental cleaning quality: an observational study at a tertiary hospital in Wuhan, China. 2021
21. [Juhendmaterjal tervishoiul tekkivate jäätmete käitlus.](#) 2019.
22. [Jäätmeseadus¹.](#)
23. Air Microbiome and Pollution: Composition and Potential Effects on Human Health, Including SARS Coronavirus Infection. 2020
24. An estimation of airborne SARS-CoV-2 infection transmission risk in New York City nail salons. 2020
25. Assessment of Occupational Symptoms and Chemical Exposures for Nail Salon Technicians in Daegu City, Korea. 2014
26. The use of an air filtration system in podiatry clinics. 2014
27. Work as a hairdresser and cosmetologist and adverse pregnancy outcomes. 2009
28. Indoor Air Quality and Health. 2017
29. Occupational health and safety in the hairdressing sector. European Agency for Safety and Health at Work.
30. [Tervisekaitseõuded ilu- ja isikuteenuste osutamisele](#)
31. EVS 906:2018 Mittelehoonete ventilatsioon. Üldnõuded ventilatsiooni- ja ruumiõhu konditsioneerimissüsteemidele.
32. EVS-EN 12464-1:2021 Valgus ja valgustus. Töökohavalgustus Osa 1: Sisetöökohad
33. [Workplace lighting for improving alertness and mood in daytime workers.](#) 2018
34. Physical hazards. Indoor workplace lighting
35. [Jäätmearuandluse juhendmaterjal](#)
36. Laundry and textile hygiene in healthcare and beyond. 2019
37. The role of textiles as fomites in the healthcare environment: a review of the infection control risk. 2020
38. Code of nail services.
39. [Decontamination and reprocessing of medical devices WHO](#)
40. [Guide to cleaning and disinfecting equipment for the body art, beauty and nail industries 2022](#)
41. [Juhend meditsiiniseadmete kontrolliks, hoolduseks ning dekontamineerimisprotsesside läbiviimiseks](#)
42. Current issues in endoscope reprocessing and infection control during gastrointestinal endoscopy. 2006
43. [Side-effects Associated with Gel Nail Polish: A Self-questionnaire Study of 2,118 Respondents](#)
44. **Nail damage from gel polish manicure. 2012**
45. [Impact of sink location on hand hygiene compliance](#)
46. Guide to Infection Prevention and Control in Personal Service Settings, 3rd edit
47. [Libisemine ja komistamine. Kuidas ennetada õnnetusi? \(Tööinspeksioon\)](#)
48. Joonis: <https://www.bizerba.com/en/topics/hygiene-more-important-than-ever/hygiene-in-the-retail-sector/cleaning-made-easy/cleaning-made-easy.html>

13. Lisad

Lisa 1. Mõned ilusalongis leitavad tervist ohustavad bakterid

<i>Staphylococcus aureus</i>	Esineb tavaliselt ninakäikudes ja nahal. 30% elanikkonnast kannab pidevalt seda bakterit.	Levib otsese kontakti, köhimise ja aevastamise teel. Põhjustab paikseid nahainfektsioone, nagu furunkel, impetiigo, samuti süsteemseid infektsioone.
<i>Streptococcus pneumoniae</i>	Kuulub sageli kurgu normaalsesse mikrofloorasse.	Levib piiskadega köhimisel või aevastamisel või kaudselt saastunud esemete kaudu. Klassikalise pneumoonia põhjustaja.
<i>Escherichia coli</i>	Seedetrakti normaalse mikrofloora üks tuntumaid mikroobe. Väikestes kogustes võib esineda hingamis- ja suguteedes. Tavaliselt esineb loomade soolestikus. Paljude tüvedega.	Haigustekitajate ülekanne võib toimuda näiteks fekaal-oraalse saastumise tulemusena (ebapiisav kätehügieen), saastunud toidu kaudu. Võib põhjustada erinevaid kuseteede infektsioone, neerukahjustusi ja kõhulahtisust.
<i>Salmonella</i>	Salmonellasid leidub peaaegu kõikidel loomadel. Seega on see levinud toores lihas ja linnulihas.	Haigustekitajad levivad inimeselt inimesele fekaal-oraalsel teel. Kõige sagedamini põhjustab bakteriaalset toidumürgitust.
<i>Pseudomonas</i>	Võib asustada mitmesuguseid elupaiku, alustades mullast ja veest ning lõpetades inimese naha ja seedetraktiga.	Infitseerib haavu, põletusi ja võib põhjustada raskeid kuseteede põletikke.

Lisa 2. Ilusalongis leitavad tervist ohustavad viirused

B-hepatiidi viirus (suure nakatamisvõimega)	Viiruse levikuteed: verega ja muude kehavedelikega, tätoveerimisel, augustamisel, maniküürimisel, torkevigastuste ja nõelatorgete korral, naha ja limaskestade mikrotraumade korral, verega saastunud olmeesemete ühiskasutamisel (nt maniküürivahendid).	B-viirushepatiit on äge raskekujuline maksa-põletik, mis võib muutuda krooniliseks ning põhjus-tada hilistüsistuseks maksa-kõvastumust ja maksa-vähki.
C-hepatiidi viirus	Levib nakatunud inimeselt tervele. Levikuteed on B-hepatiidile sarnased.	C-hepatiidi haigusnähud on sarnased B-hepatiidi haigusnähtudega, kuid haiguse kulgu on tavaliselt kergem.
D-hepatiidi viirus	Viirus vajab paljunemiseks B-hepatiidi viiruse juuresolekut. Seega nakatub inimene D-hepatiiti siis, kui tal on juba B-hepatiit. Levikuteed on B-hepatiidile sarnased.	D-viirushepatiidi haigusnähud on sarnased B-hepatiidi haigusnähtudega. D-viirus-hepatiiti võib ekslikult pidada kroonilise B-hepatiidi ägene-miseks ning see võib avalduda eluohtliku välkkiire kuluga maksapõletikuna.
HIV ehk inimese immuunpuudulikkuse viirusnakkus	Nakkushaigus, mis ravimata juhtudel süveneb surmaga lõppeva AIDS-ni. Nakkusallikaks on HIV-nakkust põdev ehk HIV-positiivne inimene, kelle nakatamisohulik periood algab nakkuse haigusnähtude ilmumisel ja kestab ravimata haigetel eluaeg. Kõige ohtlikumad on haigusnähtudeta viiruseeritajad. Viiruse levikuteed on hepatiitiviirustele sarnased.	