

Basala hygienrutiner och klädregler

Kommunal vård och omsorg

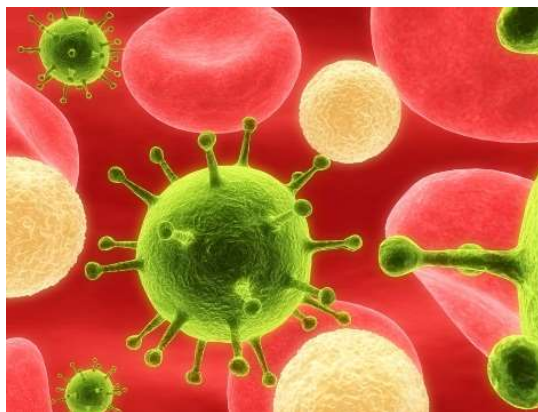
Hand hygiene



Varför behövs hygienrutiner?



Hygienrutiner behövs eftersom det finns risk för att sprida smitta när människor, tvätt, städ och livsmedel tas omhand



God hygienisk standard

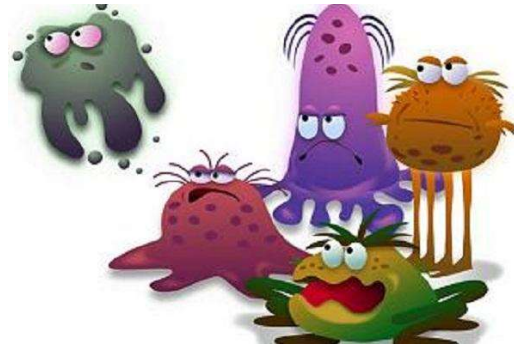
- Lokaler, utrustning, organisering och planering av verksamheten utformas så att risken för infektioner och smittspridning blir så liten som möjligt
- Vårdhygien är ett samlingsbegrepp för de åtgärder som görs enligt ovan

Socialstyrelsen



Många mikroorganismer (främst bakterier)

- Alla människor bär på cirka 2 kilo livsnödvändiga bakterier
- Bakterier finns överallt, till exempel i naturen och i vår mat



Bakterier kan vara både snälla och elaka

- På en plats på eller i kroppen är bakterierna bra att ha, på en annan plats skapar de en infektion



Men – sprider vi smitta



Ja, utan att vi vet om det!



Hur sprider vi smitta?

- Vanligaste smittspridningsvägen i vård och omsorg är via **händerna** – direkt eller indirekt kontaktsmitta
- Var gör du med dina händer under en arbetsdag



Smitta kan också spridas via

- Droppar (covid-19, influensa*)
- Luft (mässling*)
- Mag-tarmkanalen (vinterkräksjuka*)
- Blod (hepatit*)
- Insekter (fästingar*)

* = exempel



Hur förhindrar vi smittspridning?



Ur rutinen – Basala hygienrutiner och klädregler

Basala hygienrutiner är den viktigaste åtgärden för att förebygga vårdrelaterade infektioner och smittspridning i vård- och omsorgsarbete.

Basala hygienrutiner ska därför alltid tillämpas i alla vård- och omvårdnadsnära situationer samt i vårdrelaterat arbete och av all personal oavsett om det finns en känd smitta eller inte.



Vad är vård- och omvårdnadsnära situationer?

- Det är till exempel hjälp med personlig omvårdnad
Tänk som exempel, "morgontoaletten".



Vad är vårdrelaterat arbete?

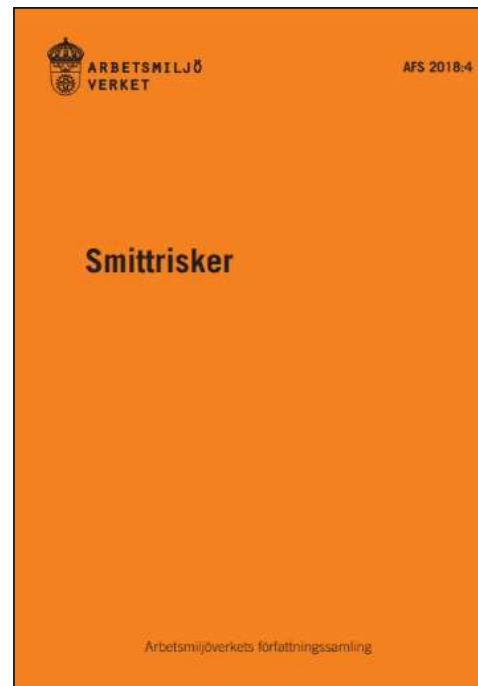
Det är till exempel

- ✓ hantering av ren utrustning
- ✓ städning
- ✓ arbete i läkemedelsrum
- ✓ arbete i tvätt- och sköljrum
- ✓ arbete i avdelningskök



Basala hygienrutiner och klädregler

- Bygger på dessa två föreskrifter



Basala hygienrutiner

- Ska **alltid** följas
- Är enkla
- Är ett effektivt sätt att förhindra smittspridning på



Basala hygienrutiner

- Handhygien = handdesinfektion/handtvätt
- Handskar
- Skyddskläder
- Visir (stänkskydd)



Grunden för en god handhygien är...

- Hel hud
- Händer och underarmar är fria från smycken, klocka, bandage, stödskenor och liknande
- Korta omålade naglar utan konstgjort material
- Kortärmad arbetsklädel



Grunden för en god handhygien är...

- Hel hud

...hur kommer det sig?

- I sår och eksem fäster bakterier lätt, vilket kan ge infektioner och sprida smitta



Grunden för en god handhygien är...

- Händer och underarmar är fria från smycken, klocka, bandage, stödskenor och liknande

...hur kommer det sig?

- Under ringar och klockor finns en utmärkt miljö för bakterier, de trivs och växer



Grunden för en god handhygien är...

- Korta omålade naglar utan konstgjort material

...hur kommer det sig?

- Bakterier trivs utmärkt i en miljö med konstgjort material



Grunden för en god handhygien är...

- Kortärmad arbetsklädsel

...hur kommer det sig?

- För att enkelt kunna desinfektera och tvätta händer och underarmar



Material och utrustning för att tillämpa basala hygienrutiner ska finnas nära till hands

- Handdesinfektionsmedel
- Engångs plastförkläde
- Engångshandskar i rätt storlek för all personal
- Ytdesinfektionsmedel
- Flytande tvål
- Pappershanddukar
- Visir



Handdesinfektion (handsprit)

I hemtjänst och hemsjukvård ska det finnas:

- Innanför ytterdörren
- På toaletten/i badrummet



Handdesinfektion

På SÄBO ska det finnas:

- Innanför dörren till boenderum/lägenhet
- Vid handfat på toaletter och i badrum
- I tvättstuga
- I sköljrum
- Där förbandsmaterial förvaras
- Där läkemedel hanteras
- I kök



Handdesinfektion

- Omedelbart före och efter vård, omvårdnad och vårdrelaterat arbete
- Före rent och efter orent arbete
- Före och efter användning av handskar



Handdesinfektion

Pumpflaska

- 2-4 ml handdesinfektionsmedel
- Gnid in
- Full effekt nås när händerna är torra



Handdesinfektion

- Vårdar huden, innehåller medel som återfuktar huden
- Tar död på många bakterier och virus
- Ofarlig att använda



Handtvätt

- Efter vård och omvårdnad hos vårddtagare med diarré och/eller kräkning
- Vid synligt smuts eller kladd
- Före livsmedelshantering
- Efter eget toalettbesök

Kom ihåg! Efter handtvätt alltid handdesinfektion!



Handtvätt arbetsätt

- Blöt händerna med ljummet vatten
- Tvåla in med flytande tvål
- Skölj ordentligt
- Torka riktigt torrt med pappershandduk
- Stäng kranen med pappershandduken



Handskar

- Används vid risk för kontakt med kroppsvätskor till exempel vid:
 - nedre toalett
 - hantering av smutstvätt
 - byte av urinuppsamlingspåse
 - såromläggning
- Som skydd mot kemikalier till exempel vid användning av ytdesinfektionsmedel



Handskar

- Är engångs
- Händerna ska desinfekteras före och efter användning av handskar
- Används endast när de verkligen behövs
- Används i korta moment
- Byts mellan olika vård- och omvårdnadsmoment



Felanvändning av handskar

- Ger ett falskt skydd
- Orsakar smittspridning
- Långvarig användning ökar risken för hudbesvär



Plastförkläde

Används vid risk för kontakt med kroppsvätskor, stänk och skvätt för att skydda när det finns risk att arbetskläderna kan förorenas

- Tas på med nyspritade händer inne hos vårdtagaren
- Byts mellan varje vårdtagare
- Är engångs



Plastförkläde

Vid vård, omvårdnad och vårdrelaterat arbete till exempel

- Hjälpa med personlig hygien, påklädning och bäddning av sängen
- Sårbehandling
- Hantering av smutstvätt



Visir

Vid risk för stänk eller skvätt som kan nå ansiktet
till exempel:

- Nära omvårdnadsarbete
- Sugning av luftvägar



Arbetskläder

Korta ärmar

- för att händer och underarmar ska kunna desinfekteras
- för att minska risken för smittspridning via kläder



Arbetskläder

- Skickas till tvätt alternativt tvättas på arbetsplatsen
- Ska tvättas i minst 60° C, normalprogram
- Ska bytas dagligen och direkt om de blir våta eller smutsiga
- Ombyte ska ske på arbetsplatsen



Ren vård är säker vård!

Vårdhygien

Kommunalvård och omsorg och
primärvård

elisabeth.eriksson.gebring@vgregion.se

010-435 47 43

