

Vårdhygien



Maj 2025

Nyhetsbrev

I maj månads nyhetsbrev läser du om handhygienens dag, vad ni bör tänka på inför sommaren och höstens utbildningstillfällen.

Handhygienens dag 5 maj!

Den 5:e maj är WHO:s årliga dag för att uppmärksamma vikten av god handhygien i vård och omsorg. Årets tema handlar om att använda handskar ibland men att alltid ha god handhygien.

Läs mer på Folkhälsomyndighetens hemsida via länken nedan. Här kan du också printa ut affischer och sätta upp på din arbetsplats.

[Handhygiendagen 5 maj - Rena händer räddar liv](#)



Ge nya medarbetare rätt förutsättningar inför sommaren

Se till att semestervikarier introduceras på ett bra sätt och får tillgång till den kunskap de behöver inför sommarens arbetspass.

Här kommer tips på länkar som du som medarbetare kan titta på. En del av materialet är tillgängligt för externa besökare och skickas med fördel hem till nyanställda.

[Basala hyginrutiner och klädregler](#)

[Basal hygien i vård och omsorg](#)

[Quiz - Basal hygien i vård och omsorg](#)

[Vårdhygien affischer Handskar och Förkläde.pdf](#)



Håll huvudet kall - även på sommaren

Vi hoppas givetvis på en varm och skön sommar och då kommer ibland frågorna upp hur vi ska svalka våra patienter/brukare. Här är länken till en regional rutin i ämnet: [AC, luftkylare och portabla fläktar.pdf](#)

Här är Folkhälsomyndighetens broschyr med följande bild som kan vara bra: [Hantera värmeböljor - information om risker och praktiska råd till personal inom vård och omsorg](#)



VAR UPPMÄRKSAM PÅ INOMHUSTEMPERATUREN

Risken för hälsoproblem ökar så snart temperaturen stiger inomhus. Risken ökar påtagligt när temperaturen utomhus når upp till 26 °C eller mer under tre dagar i följd.



UPPMUNTRA TILL ÖKAT VÄTSKEINTAG Undvik stora mängder söta drycker och alkohol. Servera gärna vätskerik mat, t.ex. grönsaker och frukt.



ORDNA EN SVAL MILJÖ Utnyttja gardiner, persienner och markiser. Det är viktigt att känsliga vårdtagare vistas på bostadens/boendets svalaste plats. Vädra nattetid när det är svalt.



ORDNA SVALKANDE ÅTGÄRDER En sval dusch är mest effektiv. En blöt handduk runt nacken är ett alternativ. Löst sittande kläder i naturmaterial är svalare än åtsittande syntetkläder.



UNDVIK FYSISK ANSTRÄNGNING framförallt under dygnets varmaste timmar.



FÖRVARA LÄKEMEDEL Om läkemedlet är temperaturkänsligt finns information om förvaring på förpackningen eller i bipacksedeln.

VAR EXTRA UPPMÄRKSAM PÅ DINA VÅRDTAGARE OCH HUR DE MÅR

Varningstecken kan vara förhöjd kroppstemperatur, puls och andningsfrekvens, yrsel och onormal trötthet. Muntorrhet och minskade urinmängder kan vara tecken på vätskebrist. Vid besvär av det här slaget bör en medicinsk bedömning göras. Medicindoseringen kan också behöva ses över, t.ex för vätskedrivande, antidepressiva läkemedel och neuroleptika.

Nu finns höstens utbildningstillfällen i Lärportalen att anmäla sig till!

Utbildningstillfällen nya hygienombud

- Tisdag 9/9 kl. 14.30 - 15.30 (del 1)
- Tisdag 16/9 kl. 14.30 - 15.30 (del 2)

OBS! Grundutbildning för nya hygienombud baseras på självstudier där utbildningsmaterialet består av inlästa föreläsningar. Därefter ges två tillfällen via Teams för dialog och diskussion i ämnet utifrån utbildningsmaterialet.

Hygienombudsträffar

- Kommunal vård 30/9
- Primärvård 8/10
- SÄS 9/10

Anmälan sker via [Lärportalen](#)

Följ vårdhygien på Instagram!

Skanna QR koden eller sök efter vardhygien_boras på Instagram! Vi ses där!



Har du frågor är du välkommen att kontakta vårdhygien

033-616 2904, telefontid mån - fre 08:00 - 15:00
sas.vardhygien@vgregion.se