

# Basala hygienrutiner och klädregler

Skaraborgs Sjukhus



# Basala hygienrutiner och klädregler

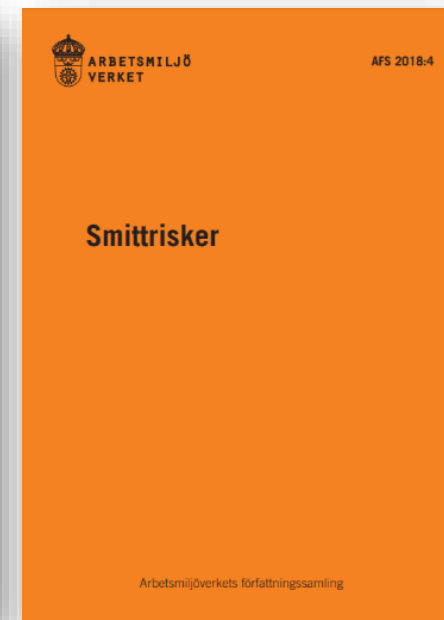
Framtagen utifrån dessa föreskrifter:

- Basal hygien i vård och omsorg
- Smittrisker AFS 2018:4

Föreskrifterna är bindande.



Skydda patienter



Skydda personal

# Basala hygienrutiner

Viktigaste åtgärden för att förebygga vårdrelaterade infektioner och smittspridning!

Tillämpas:

- i alla vård- och patientnära situationer och i allt vårdrelaterat arbete
- av all personal
- oavsett känd smitta eller inte.

Förhindra smittspridning och vårdrelaterade infektioner  
– följ basala hygienrutiner!



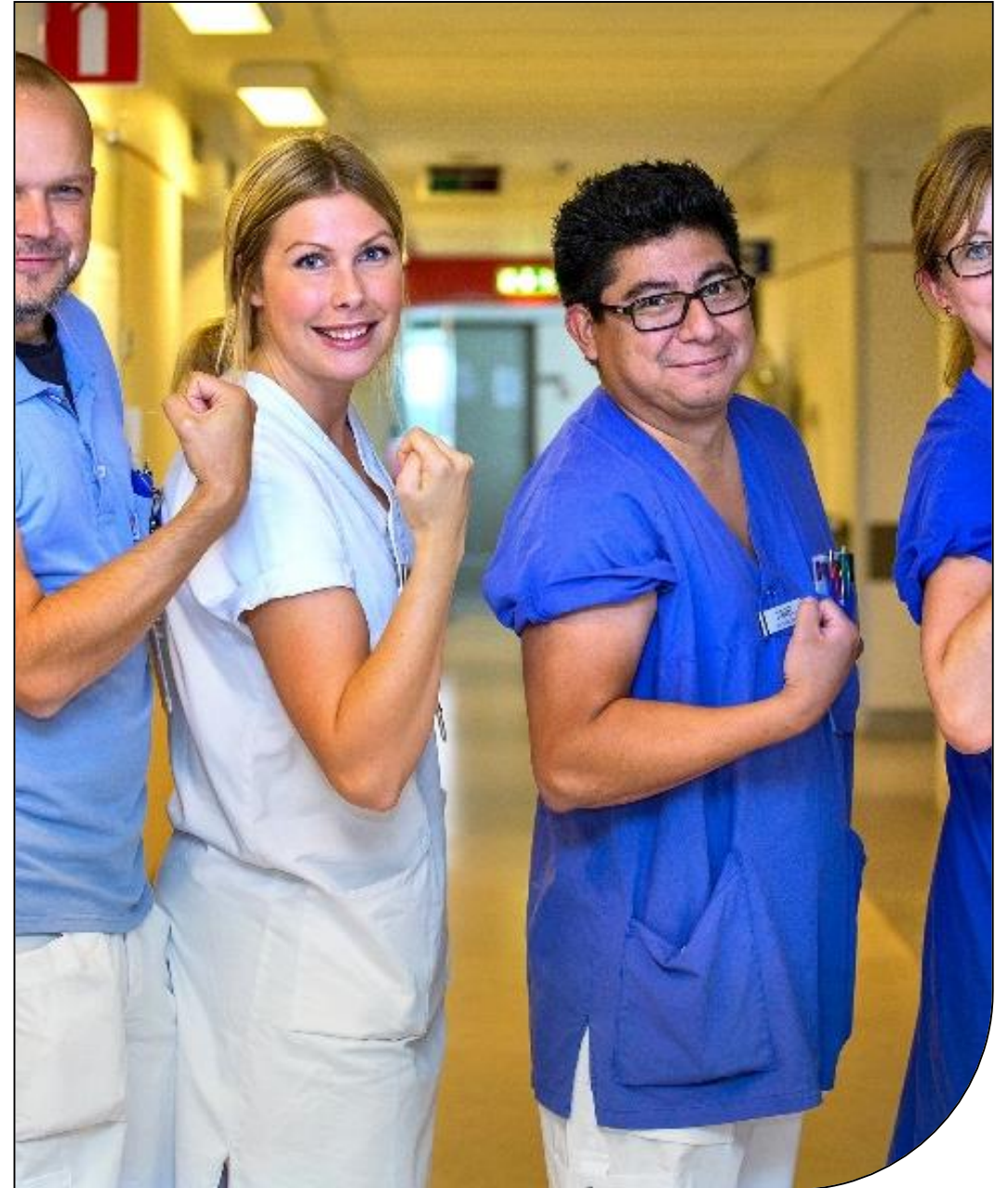
Fäst upp långt hår, skägg och huvudduk	Kortärmad arbetsklädsel
Inga klockor, smycken, stödskenor, förband eller liknande	Desinfektera händerna före och efter vårdmoment
Korta, omålade naglar fria från konstgjort material	Handtvätt vid smutsiga händer, kräkning och diarré
Använd skyddsutrustning vid behov t.ex. handskar, förkläde och visir	Byt arbetskläder dagligen samt vid behov

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN  
SKARABORGS SJUKHUS

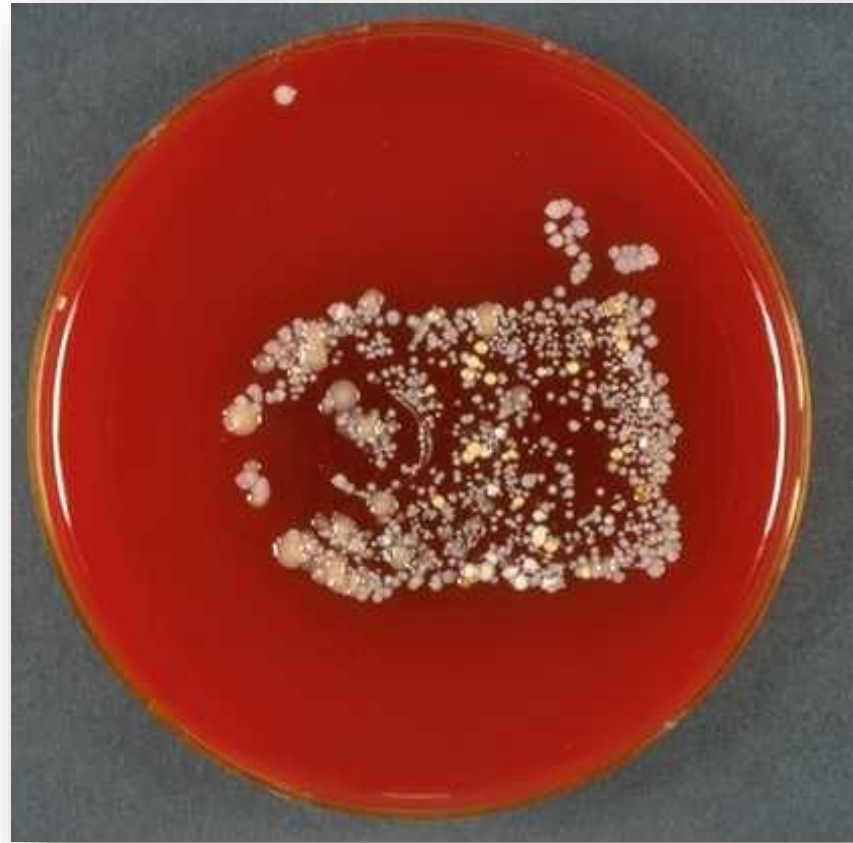
Vårdhygien Skaraborg 2024 / VGR17023

# Arbetskläder

- Ska ha kort ärm som slutar ovanför armbågen
- Byts dagligen eller oftare vid behov
- Tillhanda hålls av arbetsgivaren och tvättas av Alingsås Tvätteriet
- Används av all vårdpersonal vid undersökning, vård och behandling
- Används endast på arbetsplatsen.



# Bakterieodling - långärmad rock



# Hår, skägg och huvudduk

- Långt hår och skägg ska fästas upp så att det inte hänger eller faller ned i arbetsfältet.
- Om huvudduk används ska den fästas så den inte lossnar, nedhängande delar ska vara instoppade i halslinningen och den ska vara synligt ren.



# Kontaktsmitta

Kontaktsmitta via **händerna** är den vanligaste av alla smittvägar.



# Händer och underarmar

- Fria från armbandsur, aktivitetsband och smycken
- Fria från bandage, plåster och stödskenor.



# Bakterieodling



Ringar



Klockarmband

# Naglar

- Kortklippta
- Inget nagellack
- Inget konstgjort material, som lösnaglar.



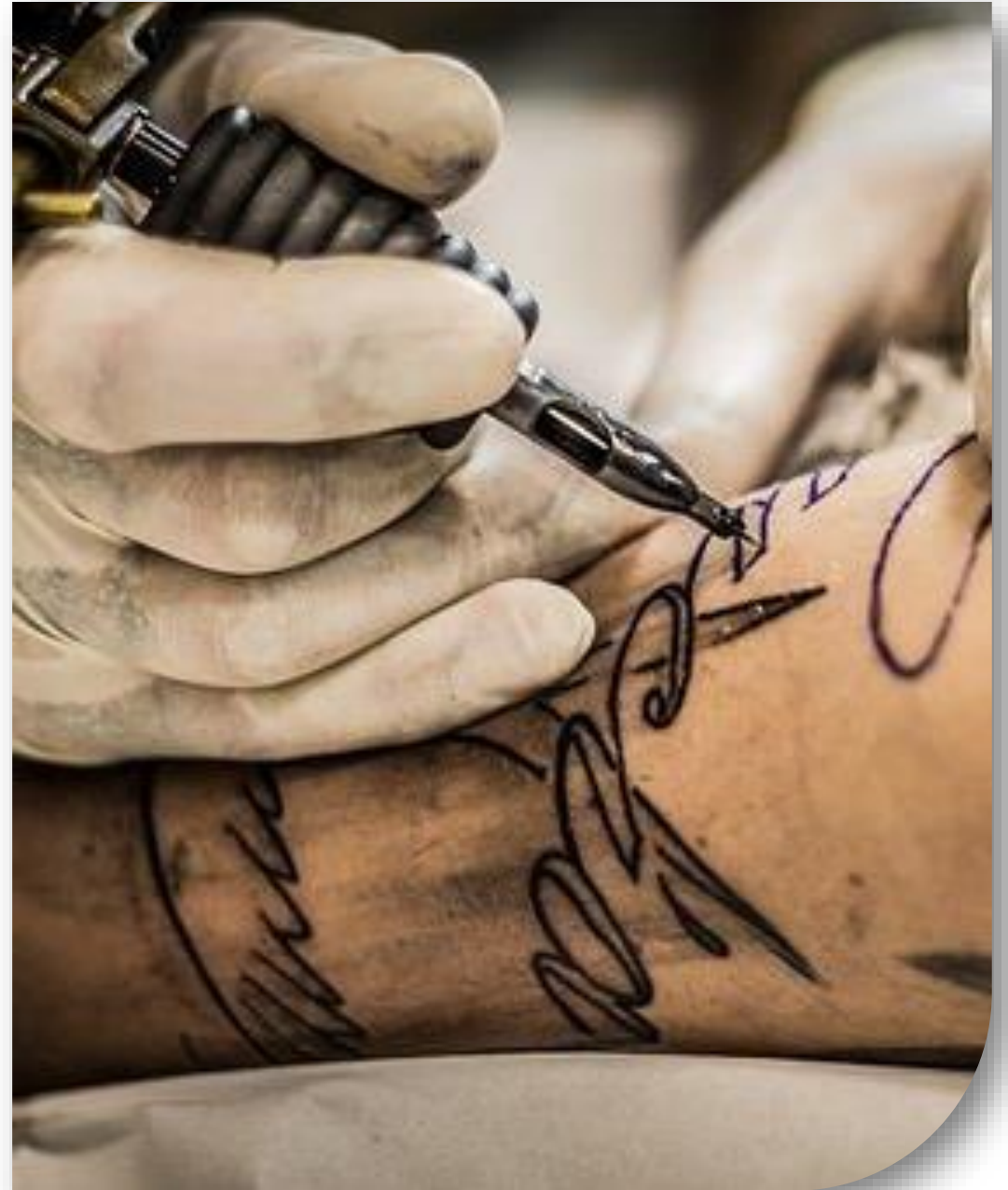
# Hud

- Händer och underarmar ska ha hel hud för att möjliggöra fullgod handdesinfektion.
- Vid sår och hudproblem på händer eller underarmar, kontakta din chef.



# Piercing och tatuering

- Läkta piercade hål utgör ingen smittrisk så länge de inte sitter på händer/underarmar
- Nygjord tatuering jämförs med ett öppet sår.



# Handdesinfektion

Desinfektera händerna med ett alkoholbaserat desinfektionsmedel

- Direkt före och efter patientnära och vårdrelaterat arbete
- Före rent och efter orent arbete
- Före och efter användning av handskar
- Före och efter användning av handskar efter kontakt med en yta eller föremål i patientens närmiljö
- Före och efter samt vid behov under patientnära vårdmoment.



# Handdesinfektion

- Ta rikligt (2-4 ml) med handdesinfektionsmedel
- Gnid in hela händerna, tänk särskilt på fingertoppar och tumgrepp och vid behov underarmar
- Gnid tills händerna är torra
- Om händerna har tvättats med tvål och vatten ska de vara helt torra före handdesinfektion.

**Så desinfekterar du händerna**



1 Ta 2-4 ml handdesinfektionsmedel.

2 Fördela över händerna.

3 Bearbeta mellan fingrarna.

4 Gnid in handryggarna.

5 Koppla ihop fingrarna och gnugga dem.

6 Greppa tummen och rotera ner i tumvecket.

7 Roterar fingertopparna i handflatan.

8 Avsluta med roterande rörelser på underarmarna.

**Rena händer räddar liv.**

Gör likadant på båda händerna. Gnid till dess att händerna är torra, cirka 20–30 sekunder.

FOLKHÄLSOMINISTERIET OCH SVENSKA KOMMUNIKATIONSLÄROVETNINGEN. LÄS OCH NERVIK I HÄR WWW.FOLKHÄLSOMINISTERIET.SE/RENA-HANDER. FOTO: NIKLAS JONHÅGREN. REVIDERING: 2017 JANUARI 20-2017

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/rena-hander-raddar-liv/>

# Bakterieodling



Före handdesinfektion



Efter handdesinfektion

# Handtvätt



- När händerna är synligt smutsiga eller känns kladdiga
- Efter patientnära arbete hos patient med diarré/kräkning
- Före livsmedelshantering
- Händerna torkas torra med engångspappershandduk.

# Handskar



- Använd handskar endast när det behövs
- Ta av handskarna när de inte behövs!
- Felaktig handskanvändning kan leda till smittspridning
- Långvarig kontakt med handskar kan skada huden på händerna.



# Vid dessa moment räcker i normalfallet en nyspritad hand:

Riskbedöm behovet av handskar!

- När du håller någon i handen
- Matning
- Blodtryckstagning och pulsmätning
- Vid hårvård.



# Handskar

Skyddar händerna mot stora mängder mikroorganismer som finns i kroppsvätskor

Använd endast vid kontakt med eller risk för kontakt med kroppsvätskor t.ex. vid:

- Nedre toalett
- Hantering av smutstvätt
- Byte av urinuppsamlingspåse
- Såromläggning.



# Händerna ska desinfekteras både före och efter användning av handskar



Odling tagen från vänster sida av handskpaket



# Handskar

- Är engångs, får inte återanvändas
- Får inte desinfekteras
- Får inte använda flera handskar "på varandra"
- Byt handskar mellan olika vård- och omsorgsmoment
- Ersätter inte handdesinfektion.



# Plastförkläde

Använd engångs plastförkläde då det finns risk för nedsmutsning av arbetsdräkten eller risk för kontakt med kroppsvätskor, hudflagor eller patientens bara hud, t.ex. vid:

- Nära omvårdnadsarbete
- Hjälpt med personlig hygien
- Sängbäddning (ej renbäddning)
- Omhändertagande av smutsig tvätt.



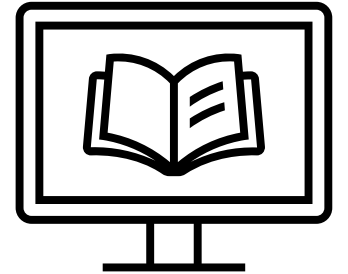
# Plastförkläde

- Rulla inte upp förklädet och släpp ut det
- Långärmat plastförkläde används vid behov, t.ex. vid skabb eller stora mängder diarré eller kräkning.



# Relaterad information

- [Basal hygien i vård och omsorg SOSFS 2015:10](#) – Socialstyrelsen
- [Basal hygien och klädregler](#) - SkaS rutin
- [Basala hygienrutiner och klädregler-](#) Vårdhandboken
- [Smittrisker AFS 2018:4](#) – Arbetsmiljöverkets föreskrift
- [Smittvägar](#) – Vårdhandboken
- [Vårdhygienisk bedömning av riskfaktorer för smittspridning i vård och omsorg](#) - SkaS rutin



**Tack!**