

Basala hygienrutiner och klädregler

Framtagen av Vårdhygiens nätverksgrupp
för kommunal vård och omsorg i Västra
Götaland

Reviderad 2025-02-17

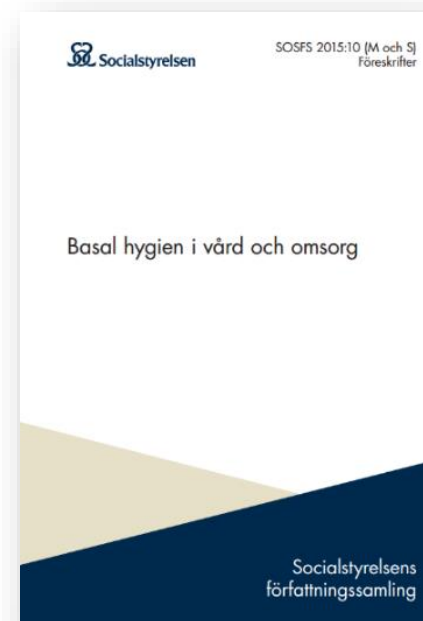


Basala hygienrutiner och klädregler

Bygger på två föreskrifter:

- Basal hygien i vård och omsorg
- Risker i arbetsmiljön

Föreskrifterna är bindande



Skydda vårdtagare



Skydda personal

Basala hygienrutiner

Viktigaste åtgärden för att förebygga vårdrelaterade infektioner och smittspridning!

Tillämpas:

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

Förhindra smittspridning och vårdrelaterade infektioner
– följ basala hygienrutiner!

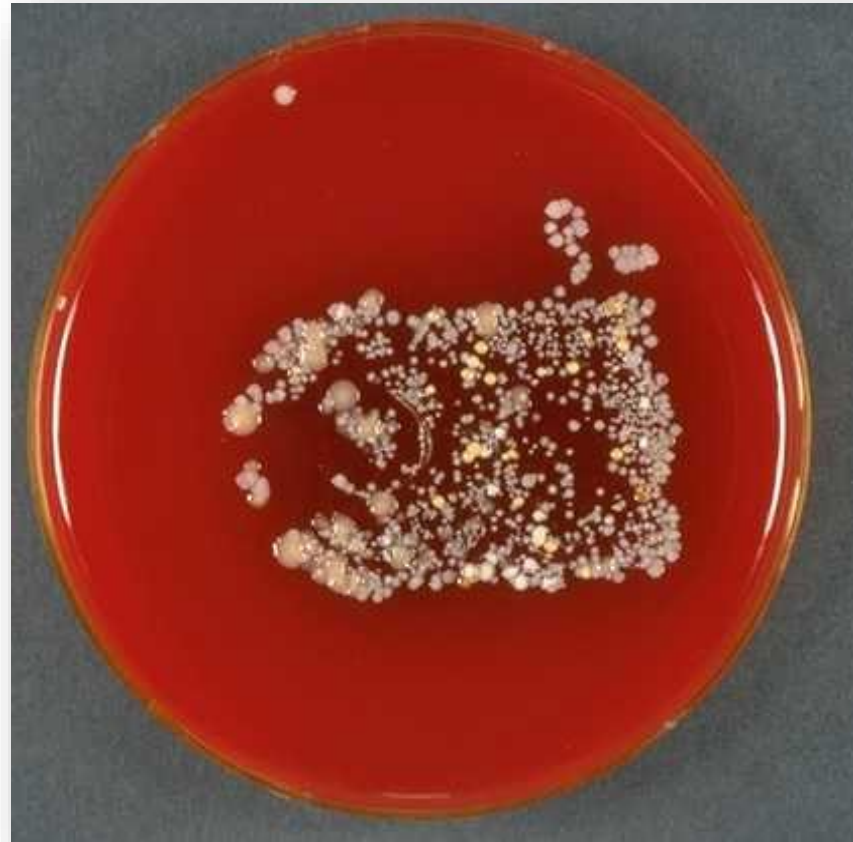


Arbetskläder

- Ska ha kort ärm som slutar ovanför armbågen
- Det är inte tillåtet att bära ett långärmat plagg med uppkavlade ärmarna under arbetskläderna
- Byts dagligen eller oftare vid behov
- Tvättas i minst 60°C, i normallångt tvättprogram
- Används av all vård- och omsorgspersonal vid undersökning, vård och behandling
- Används endast på arbetsplatsen



Bakterieodling - långvärmad 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

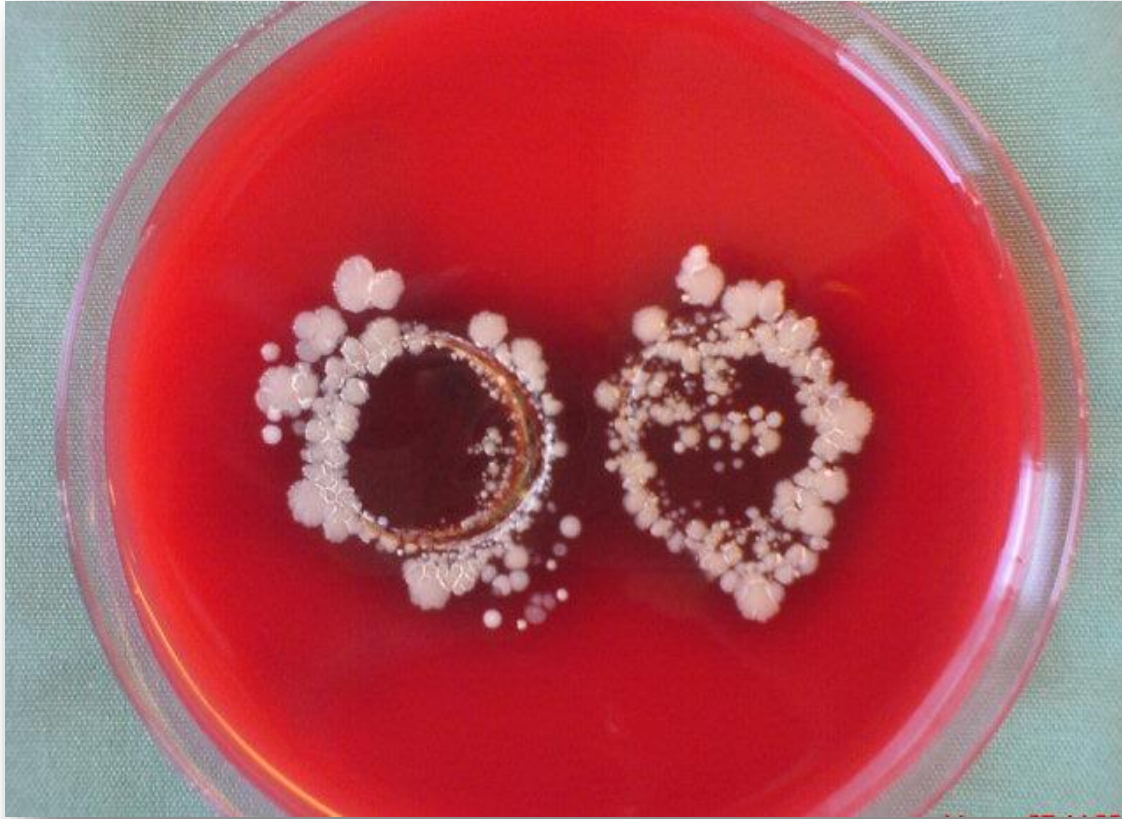


Händer och underarmar

- 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

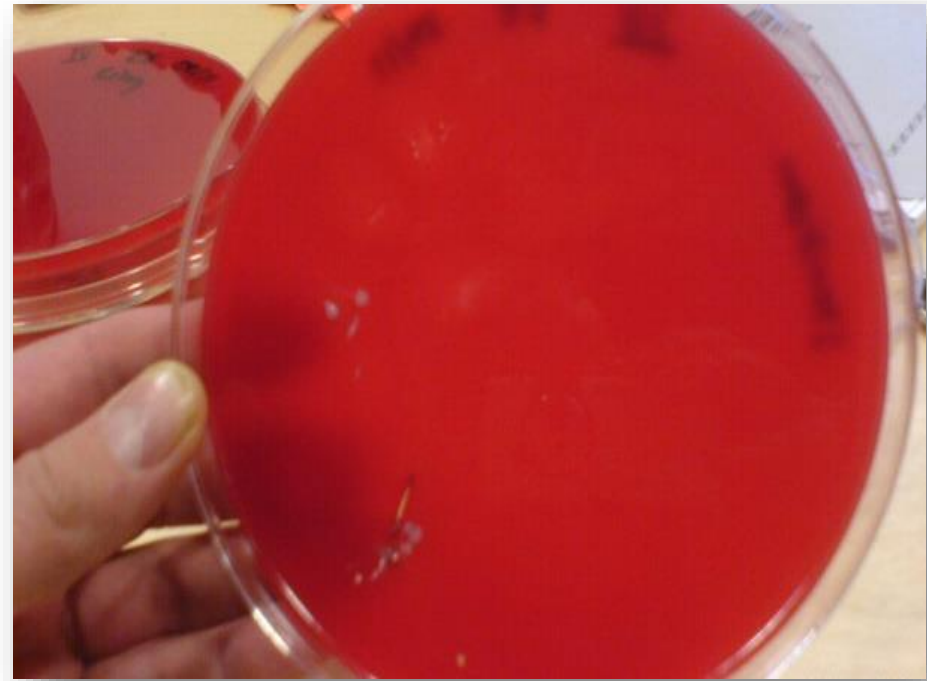
- Direkt före och efter omvårdnadsnära och vårdrelaterat arbete
- Före rent och efter orent arbete
- Före och efter användning av handskar



Bakterieodling



Före handdesinfektion



Efter handdesinfektion

Handtvätt



- När händerna är synligt smutsiga eller känns kladdiga
- Efter omvårdnadsarbete hos vårdtagare med diarré/kräkning
- Före livsmedelshantering
- Händerna torkas torra med engångs pappershandduk

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 nydesinfekterad hand:

Riskbedöm behovet av handskar!

- När du håller någon i handen
- Matning
- Blodtryckstagnning och pulsmätning
- Kamning av hår



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 vårdtagarens bara hud, t.ex. vid:

- nära omvårdnadsarbete
- hjälp 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



Stänkskydd används för att skydda ansiktet vid risk för stänk av kroppsvätskor



Visir (heltäckande)



Vid behov komplettera med munskydd (vätskeavvisande IIR)
alternativt skyddsglasögon med munskydd (IIR)

Skyddsutrustning ska tillhandahållas av arbetsgivaren (AFS 2023:11)

Skoskydd

- Ingår inte i basala hygienrutiner
- Desinfektera händerna direkt efter att skoskydd tagits på och tagits av
 - Engångs kasseras
 - Flergångs tvättas i minst 60°C efter varje användning



Punktdesinfektion av ytor

- Ytor och föremål smittrenas med ytdesinfektionsmedel omedelbart efter förorening av kroppsvätskor
- Personal som upptäcker föroreningen ansvarar för att punktdesinfektion utförs
- Följ leverantörens anvisning på förpackningen
- Använd alltid medel med rengörande effekt



Punktdesinfektion

Gör så här

- Följ basala hygienrutiner
- För att skydda händerna mot kemikalier, använd handskar
- Är ytan inte synligt ren ska den först rengöras med rengöringsmedel och vatten
- Ta rikligt med ytdesinfektionsmedel med rengörande effekt på en engångsduk
- Bearbeta ytan ordentligt



Punktdesinfektion fortsättning...

- På ytor där det varit mindre mängd kroppsvätskor, används alkoholbaserat desinfektionsmedel med rengörande effekt
- Vid större mängd kroppsvätskor, virusgastroenterit, Clostridioides difficile och vid kräkning/diarré av okänd orsak används Incidin® Oxyfoam S eller Virkon 1 %

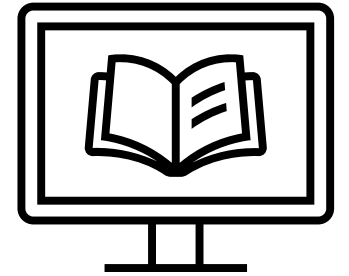


Material och utrustning

Sådant som behövs för att tillämpa basala hygienrutiner ska finnas nära till hands

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





Relaterad information

- [Basal hygien i vård och omsorg \(SOSFS 2015:10\)](#) - Socialstyrelsen
- [Basala hygienrutiner och klädregler](#) - Regional rutin för kommunal vård och omsorg i Västra Götalandsregionen
- [Basala hygienrutiner och klädregler](#) - Vårdhandboken
- [Risker i arbetsmiljön \(AFS 2023:10\)](#) - Arbetsmiljöverket
- [Arbetsutrustning och personlig skyddsutrustning – säker användning \(AFS 2023:11\)](#) - Arbetsmiljöverket
- [Smittvägar](#) – Vårdhandboken
- [Vårdhygieniska riskfaktorer för smittspridning](#) – En vägledning i syfte att identifiera smittspridningsrisker inom kommunal vård och omsorg

Kontakt

- Göteborg och södra Bohuslän - [Vårdhygien, Sahlgrenska Universitetssjukhuset](#)
- Norra Älvsborg och Bohuslän - [Vårdhygien, NU-sjukvården](#)
- Skaraborg - [Vårdhygien, Skaraborg](#)
- Södra Älvsborg - [Vårdhygien Södra Älvsborg](#)
- Vårdgivarwebben - [Vårdhygien i Västra Götaland](#)

Tack!