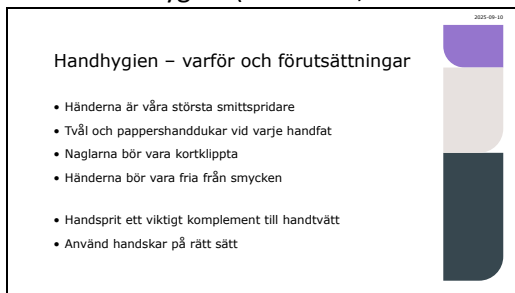


Talmanus till APT-presentation God handhygien – vägen till minskad smittspridning

Bild 1: Ingen tillhörande text till bilden.



Bild 2: Handhygien (handtvätt, handdesinfektion och handskar)



En god handhygien är en viktig åtgärd för att minska risken att sprida smitta mellan människor. Smitta via händerna är den vanligaste smittspridningsvägen. Goda rutiner för handhygien är därför den enskilt viktigaste av alla hygienåtgärder.

Händerna är med i allt vi gör och smittämnen fastnar därmed lätt på våra händer.

Bakterier och virus kan överföras till händerna via kontakt med förorenade ytor som exempelvis handtag, handfat, handdukar, leksaker, arbetsbänkar, skötbord mm.

Tvätta därför händerna ofta med tvål och vatten i minst 20 sekunder.

Förutsättningar för en god handhygien

Flytande tvål och pappershanddukar bör finnas i anslutning till varje handfat.

Naglarna bör vara kortklippta, eftersom smittämnen lätt fastnar under långa naglar som också är svårare att rengöra.

Händerna bör vara fria från smycken under arbete där man riskerar komma i kontakt med kroppsvätskor som blod, avföring, urin och kräkning eller vid mathantering.

God handhygien förutsätter hel hud på händer och underarmar. Hel hud är ett skydd mot infektioner.

Ta hand om dina händer. Använd handkräm regelbundet så motverkar du torra händer.

Handsprit - när bör det användas?

Handsprit används efter handtvätt vid särskilt smutsiga arbetsmoment eller då det inte finns tillgång till tvål och vatten som tex i samband med utflykter eller ute på förskolegården.

Handsprit är en snabb och effektiv metod för att minska mängden smittämnen på händerna.

Viktigt att veta är att handsprit har sämre effekt om händerna är blöta eller synligt smutsiga.

När händerna är synligt smutsiga behöver de därför först tvättas med tvål och vatten och torkas torra innan eventuell handsprit används.

Handskar

Engångshandskar ska alltid användas när det finns risk för kontakt med kroppsvätskor som avföring, urin, kräks, blod och sårvätska.

Handskar ska alltid användas vid blöjbyten, vid hantering av blod eller andra kroppsvätskor.

Handskar hindrar händerna från att bli kraftigt nedsmutsade.

Handskar är för engångsbruk och får aldrig återanvändas eller desinficeras. Handskarna kastas direkt efter användning. Samma par handskar används inte till flera barn.

Om man hanterat diarréer och kräkningar, även med handskar, behöver man tvätta händerna efter att handskarna tagits av och därefter också använda handsprit.

AFS 12§

Händerna ska desinfekteras före rent arbete, efter orent arbete och efter att man har använt skyddshandskar. Om det behövs ska händerna tvättas med tvål och vatten, innan de desinfekteras.

Händerna ska vara fria från smycken och liknande när man tvättar och desinfekterar händerna.

Risker i arbetsmiljön (AFS 2023:10), föreskrifter - Arbetsmiljöverket

Bild 3: En god vana är att börja arbetsdagen med en ren hand - så tvätta händerna när du kommer till jobbet och när du kommer hem.

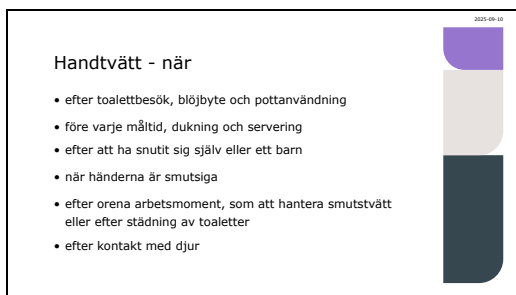


Bild 4: Handtvätt på rätt sätt

Handhygien innebär i första hand att händerna tvättas med flytande tvål och vatten och torkas torra med pappershandduk.

Att skölja händerna med enbart vatten räcker inte. Då försvinner bara lös smuts.

För att förhindra smittspridning i förskolan rekommenderas pappershanddukar istället för textilhanddukar. Textilhanddukar riskerar att användas av flera personer, vilket innebär en ökad risk för smittspridning.

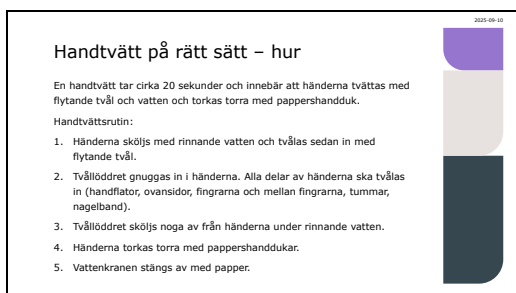


Bild 5: Handtvättsillustrationer

För att påminna om handtvätt och visa hur man gör på rätt sätt bör det finnas handtvättsrutiner uppsatta vid samtliga handfat på enheten oavsett om de är avsedda för personal eller barn i verksamheten.

Visste du att?

Bakterier trivs bättre på fuktiga händer än på torra. Så torka händerna noga!

På Folkhälsomyndighetens hemsida finns exempel på material som förskolan kan skriva ut och sätta upp. Smitta i Förskolan – stödmaterial.

Se länk: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittaiforskolan>

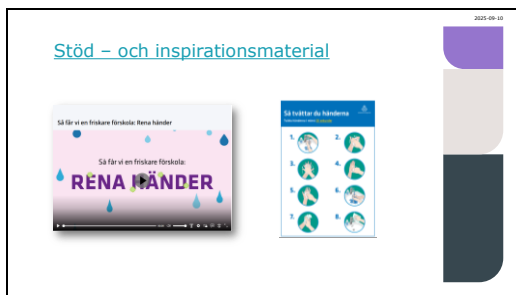


Bild 6: Ingen tillhörande text till bilden.



Bild 7: Se alltid hemsidan för senaste versionen av våra dokument www.vgregion.se/smittskydd

