 LÄNSÖVERGRIPANDE HYGIENRUTIN		
Arbetsområde, t ex klinik	Godkänd av	Sida
Enheten för vårdhygien	Suzanne Wendahl	1(6)
Giltigt fr o m	Ansvarig för uppdatering	Version
160201	Susanne Frölander	5

Basala hygienrutiner

Basala hygienrutiner ska tillämpas överallt där vård och omsorg bedrivs (SOSFS 2015:10).

Syftet är att förhindra smitta

- från patient till personal och från personal till patient (direkt kontaktsmitta)
- mellan patienter, via personalens händer och kläder (indirekt kontaktsmitta)

I basala hygienrutiner ingår

- handhygien, det vill säga alltid handdesinfektion, ibland också handtvätt
- handskar
- skyddskläder: engångs plastförkläde/ skyddsrock
- ibland stänkskydd: munskydd, skyddsglasögon/visir.

Arbetsdräkt

Alla personalkategorier ska använda kortärmad arbetsdräkt vid undersökning, vård och behandling eller annan direktkontakt med patient. Inom ambulanssjukvård i utryckningstjänst kan larmställ användas.

Arbetsdräkten:


- tillhandahålls av arbetsgivaren
- används endast på arbetsplatsen
- byts dagligen samt då den blivit våt eller synligt förorenad
- ska tvättas vid minst +60°C, på tvätterier eller på arbetsplatsen

Kortärmad ren tröja/skjorta får användas under arbetsdräkten.

Hår

Långt hår och skägg ska fästas upp då du arbetar i vården. Om du är bärare av stafylokocker kan även dina hårstrån sprida smitta. Om du använder huvudduk ska den fästas upp och tvättas dagligen.

På vissa arbetsplatser som storkök, operationssal och sterilcentral krävs hårskydd.

 LÄNSÖVERGRIPANDE HYGIENRUTIN		
Arbetsområde, t ex klinik	Godkänd av	Sida
Enheten för vårdhygien	Kia Karlman	2
Giltigt fr o m	Ansvarig för uppdatering	Version
100701	Susanne Frölander	5

Smycken

Ringar, armband och armbandsur ska inte användas i samband med vårdarbete. De samlar bakterier och förhindrar adekvat handhygien. De kan även skada patienten.

Örhängen och andra smycken i piercåde hål kan användas om de inte hänger ner i arbetsfältet. Piercing är en risk för kontaktsmitta via händerna om hålet är infekterat. Piercing utgör ingen påvisad smittrisk om hålet är läkt, oavsett var piercinghålet sitter. Piercing är förbjuden vid livsmedelshantering, på grund av risk att smycket faller ner i maten och orsakar mekanisk skada. Kontakta arbetsledaren för bedömning.

Handhygien och handskar

Kontaktsmitta med händerna är den vanligaste av alla smittvägar. Direkt kontaktsmitta från ett infekterat sår, en nagelbandsinfektion eller dylikt utgör den största smittrisken men indirekt kontaktsmitta har också mycket stor betydelse.

Handtvätt utförs i vården om händerna är synligt smutsiga eller känns smutsiga. Handdesinfektion utförs för att avlägsna mikroorganismer.

- Ringar, armband eller armbandsur får inte användas. Dessa samlar mikroorganismer och förhindrar adekvat handhygien.
- Håll naglarna korta och använd inte färgat nagellack eller lösnaglar.
- Använd vid behov handbalsam för att förebygga torra och nariga händer.
- Använd de av arbetsgivaren upphandlade produkterna.


Handdesinfektion

Desinfektera händerna med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel

- före och efter varje patientkontakt
- före rent arbete och efter smutsigt arbete
- efter användning av handskar

Gör så här:

1. Kupa handen och fyll den med handdesinfektionsmedel, minst 2 ml.
2. Gnid in medlet överallt på händerna. Börja med fingertopparna, mellan fingrarna och i tumgreppet. Avsluta med underarmarna.
3. Fortsätt gnida tills alkoholen har dunstat och huden åter känns torr.

 LÄNSÖVERGRIPANDE HYGIENRUTIN		
Arbetsområde, t ex klinik	Godkänd av	Sida
Enheten för vårdhygien	Kia Karlman	3
Giltigt fr o m	Ansvarig för uppdatering	Version
100701	Susanne Frölander	5

Handtvätt

Tvätta före handdesinfektion:

- om händerna är synligt smutsiga eller känns smutsiga.
- efter vård av patient med gastroenterit.

Gör så här:

1. Använd ren, flytande tvål som inte är desinfekterande.
2. Tvätta händerna noga.
3. Torka ordentligt torrt med fabriksrent papper.
4. Desinfektera händerna enligt instruktionen under rubriken Handdesinfektion ovan.

Handskar i vården

Använd alltid handskar vid kontakt med blod, urin, avföring, kräkning, sekret och likvor. Kasta handskarna direkt efter användning.

Tänk på att handskar blir förorenade utanpå och då sprider smitta på samma sätt som den obehandlade handen.

Berör inte omväxlande smutsigt och rent, även om du har handskar på händerna. Byt handskar mellan olika vårdmoment hos samma patient.


Byt handskar mellan patienter. Desinfektera händerna efter att handskar använts.

Handskar används vid kontakt eller risk för kontakt med kroppsvätskor, såsom blod, urin, avföring, uppkastning, sekret och likvor. Handskar utgör ett mekaniskt skydd vid stickskada. Handskar minskar den mängd smittämnen som når handen, så att handdesinfektion kan göra händerna smittfria.

Handskar har olika genomsläpplighet för olika kemikalier. Handskar går snabbt sönder då de utsätts för lösningsmedel som till exempel alkoholer. Välj rätt handske för det arbete du utför och de kemikalier du arbetar med. Dubbla handskar kan behövas vid arbetsmoment som medför att handskarna går sönder, och vid hantering av vissa kemiska ämnen.

Händerna ska inte utsättas för handskar under längre tid och oftare än nödvändigt, eftersom risken för kontakteksem då ökar. Ur allergisynpunkt är handskar av plast att föredra. När naturgummi/latexhandskar används ska de vara av god kvalitet och ha låga halter av allergiframkallande ämnen.

Operationshandskar och undersökningshandskar ska vara opudrade. Vissa handskar har begränsad hållbarhet och ska förvaras svalt. Läs på förpackningen

 LÄNSÖVERGRIPANDE HYGIENRUTIN		
Arbetsområde, t ex klinik	Godkänd av	Sida
Enheten för vårdhygien	Kia Karlman	4
Giltigt fr o m	Ansvarig för uppdatering	Version
100701	Susanne Frölander	5

Skyddskläder

Mikroorganismer kan spridas mellan patienter och personal via nedsmutsad arbetsdräkt. Rätt användning av engångs plastförkläde/ skyddsrock ger ett fullgott (>95%) skydd mot nedsmutsning.


Engångs plastförkläde/ skyddsrock ska användas vid direktkontakt med patienten eller patientens säng då risk för stänk eller kontakt med kroppsvätskor föreligger, samt vid hantering av förorenade föremål såsom vid bäddning, personlig omvårdnad, invasiva undersökningar och behandlingar.

- Vid arbete där du riskerar att bli våt eller nedsmutsad med kroppsutsöndringar, använd plastförkläde/ skyddsrock av vätskeavvisande/vätsketätt material.
- Plastförklädet/skyddsrocken är engångs.

Stänkskydd

Ett munskydd i kombination med skyddsglasögon, eller ett visir, kan användas som stänkskydd. Det skyddar då till exempel mot luftvägssekret, vid sugning av luftvägar, och mot blodstänk.

Arbeta inte direkt med patienter om du har en bakteriell infektion på händer eller underarmar (sårinfektion, infekterade nagelband).

 LÄNSÖVERGRIPANDE HYGIENRUTIN		
Arbetsområde, t ex klinik	Godkänd av	Sida
Enheten för vårdhygien	Kia Karlman	5
Giltigt fr o m	Ansvarig för uppdatering	Version
100701	Susanne Frölander	5

Personalinfektioner

Du som anställd kan själv bära på infektioner eller smitta som kan infektera den du vårdar eller dina arbetskamrater. Den du vårdar är på grund av sjukdom, ålder eller behandling mer infektiöskänslig än dina friska arbetskamrater.

Händer, kläder, hår och smycken kan utgöra smittvägar för indirekt kontaktsmitta. Var därför alltid noga med din personliga hygien när du arbetar i vården.

Infekterade sår hos personal

Om du har ett infekterat sår, nagelbandsinfektion eller dylikt ska du alltid rapportera detta till arbetsledaren som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas. Infekterade sår, även om de är små, är en viktig smittkälla för kliniska infektioner, särskilt med stafylokocker och grupp A-streptokocker.

Arbeta inte direkt med patienter om du har en bakteriell infektion på händer eller underarmar (sårinfektion, infekterade nagelband)

Multiresistenta bakterier hos personal

Rapportera till arbetsledaren om du det senaste halvåret har arbetat eller sökt vård utanför Sverige, eller i annan sjukvård där multiresistenta bakterier förekommer. Du kan då ha blivit smittbärare med till exempel MRSA.

Mag-tarminfektion hos personal

Du ska inte ha direkta vårdkontakter eller hantera mat då du har diarré.

Se NLL:s lokala anvisningar angående mag-tarminfektion ([handlingsplan vid virusorsakad gastroenterit - gällande personal](#))

Om du har mag-tarminfektion ska du stanna hemma och rapportera till arbetsledaren.

Referenser

[www.vardhandboken.se/Basala hygienrutiner och personalhygien](http://www.vardhandboken.se/Basala_hygienrutiner_och_personalhygien)

[Socialstyrelsens författningssamling SOSFS 2015:10. Basal hygien inom hälso-och sjukvården m.m.](#)