



## Checklista för personal vid genomgång av basala hygienrutiner och arbetskläder

Checklistan ska säkerställa att all personal inom vård och omsorg har fått information om gällande rutiner och arbetssätt

Genomgången görs tillsammans med hygienombud/chef.

---

Namn

Datum

Kryssa i rutan när du fått och förstått informationen.

### Arbetskläder

- Ska vara kortärmade, för att kunna göra handdesinfektion.
- Nederdelen kan bestå av byxa eller kjol.
- Ska bytas dagligen, eller oftare vid behov.
- Fäst upp huvudduk och byt den dagligen.
- Ska bytas och tvättas på arbetsplatsen, tvättas i minst 60°C.

### Smycken/klockor/hår/naglar

- Ringar, armband och armbandsklockor får inte användas vid vårdnära arbete.
- Naglar skall vara kortklippta.
- Nagellack, lösnaglar eller påbyggnadsnaglar är inte tillåtet.
- Långt hår och skägg skall vara uppsatt.

### Handtvätt, handdesinfektion och handskar

- Handdesinfektion* utförs med att massera in rikligt med handsprit på händer, underarmar, mellan fingrar och tumgrepp, under 20-30 sekunder tills helt torrt.
- Handdesinfektion* utförs
  - före och efter vårdnära arbete,
  - före och efter användning av handskar
  - före rent och efter orent arbete
  - efter handtvätt.
- Handskar* används vid risk för kontakt med kroppsvätskor och utsöndringar.
- Tvätt med *tvål och vatten* utförs vid synlig smuts.

### Plastförkläde och visir

- Används vid vårdnära arbete där risk för kontakt med kroppsvätskor förekommer, t ex vid bäddning, personlig hygien, toalettbesök, såromläggning .

### Utökad skyddsutrustning

- Långärmad skyddsrock och munskydd används efter sjuksköterskas bedömning

## Desinfektion av ytor

- Allt spill av kroppsvätskor skall omedelbart torkas upp med Ytdesinfektionsmedel+tensider alt. Incidin eller Virkon

## Mathantering

Inom vård och omsorg finns stor risk för smittspridning via personal som går mellan omvårdnadsmoment och mathantering

- Tvätta och desinfektera händerna före köksarbete.
- Separata kläder eller förkläde ska användas vid livsmedelshantering.
- Det är inte tillåtet att arbeta med livsmedel vid hudinfektioner/sår, bandage eller ortoser på händer eller underarmar
- Ringar, armband och armbandsklockor för inte förekomma vid livsmedelshantering.

## Tvätthantering

Tillämpa basala hygienrutiner, se även särskild rutin för tvätthantering.

- Plastförkläde och handskar ska användas vid hantering av smutsig tvätt.
- Handsprit används efter hantering av smutstvätt och före hantering av ren tvätt.

## Rutiner

Mer information och utbildningsfilmer om vårdhygien, livsmedelshygien och ansvar finns på hemsidan under [Riktlinjer hälso- och sjukvård](#) avsnitt Hygien/smittskydd.

- Jag vet/har blivit visad var rutiner för vårdhygien och livsmedelshygien finns.
- Jag har sett de utbildningsfilmer som finns på hemsidan angående basala hygienrutiner.

## Hygienkörtkort

För att säkerställa att du har uppdaterad kunskap om basala hygienrutiner så ska ett webbaserat hygienkörtkort genomföras. Hygienkörtkortet tar ca 15 minuter att genomföra och hittas antingen genom att direktklicka på länken nedan

<https://vgregion.pingpong.se/public/courseId/5911/lang-sv/publicPage.do>

eller via hemsidan [Riktlinjer hälso- och sjukvård](#) avsnitt Hygien/smittskydd under rubriken Utbildning

- Genomfört hygienkörtkortet

Kryssa i allteftersom genomgången görs.  
Lämna checklista och hygienkörtkort till ansvarig chef efter genomgång.

Att tillämpa basala hygienrutiner och klädregler är den mest grundläggande åtgärden för att vårdrelaterade infektioner inom alla former av vård och omvårdnad.

---

Ansvarigt Hygienombud/chef för genomgång

Datum