

 ULRICEHAMNS KOMMUN	Dokumentnamn:	
	Basala hygienrutiner och klädregler	
	Berörd verksamhet:	
	Sektor Vårld	
Upprättad av:	Godkänd av:	Giltigt från:
Medicinska ansvarig sjuksköterska (MAS)	MAS	2020-04-21, reviderad nov 2020

Basala hygienrutiner

Den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning i vård och omsorg är att konsekvent tillämpa basala hygienrutiner. Detta ska ske i alla vårdssituationer och av all personal oavsett om det finns känd smitta eller inte. Basala hygienrutiner innefattar:

- Handhygien
- Handskar,
- Plastförkläden/visir
- Klädregler

Tillämpa alltid dessa rutiner i vårdnära och ansiktsnära arbete.
Gäller all personal, vikarier och studerande.

Handhygien

Förutsättningar för god handhygien

- Underarmar och händer ska hållas fria från;
 - ringar, armbandsur, smycken,
 - bandage, förband, stödskenor eller motsvarande.
- Naglarna ska vara korta och fria från konstgjort material som nagellack och konstgjorda naglar. De samlar bakterier och förhindrar god handhygien. De kan även skada patienten.
- Sår och eksem, framför allt på händer och underarmar, kan vara en källa till smittspridning. Det är därför viktigt att vårda sina händer så att huden är hel.
- Nygjorda tatueringar jämföras med öppet sår och ska vara helt läkta innan man kan delta i vårdnära arbete

Handdesinfektion

- Handdesinfektion ska göras före och efter alla vårdmoment, före och efter användning av handskar, före rent och efter orent arbete samt efter handtvätt.
- Ta rikligt med handsprit, gnid in hela händerna och underarmarna tills de är torra för att få full effekt.

Handtvätt

- Tvätta händer och underarmar när de känns kladdiga eller är synligt smutsiga, efter omvårdnadsarbete hos vårdtagare med diarré eller kräkning samt före hantering av livsmedel.
- Händer och underarmar ska tvättas med vatten och flytande tvål, torka torrt med pappershandduk.
- **Vid misstänkt magsjuka tvätta alltid händer och underarmar**, torka torrt, desinficera.

Grundläggande skyddsutrustning

Används vid risk för kontakt med kroppsvätskor t ex vid nedre toalett, bäddning, personlig hygien, byte av urinuppsamlingspåse, hantering av smutstvätt, såromläggning, provtagning etc. Skyddsutrustningen ska också användas när patient/brukare har symtom från övre luftvägar såsom hosta, nysningar etc.

Plastförkläden

- Plastförklädets syfte är att hålla arbetsklädseln torr och ren.
- Plastförklädet kastas efter varje användningstillfälle.

Skyddshandskar

- Engångshandskar av nitril eller vinyl ska användas.
- Desinfektera händerna före och efter användning av handskar.
- Handskar är för engångsbruk och får inte desinfekteras.
- Bär inte handskar längre tid än nödvändigt på grund av risken att förorenade handskar kan sprida smitta. Huden luckras upp under en tät handske vilket ökar risken för hudbesvär.

Visir/stänkskydd

- Ska användas hela arbetspasset och alltid i ansiktsnära/vårdnära arbete, t ex personlig hygien, toalettbesök, byte av kateterpåse, hantering av smutstvätt, sårvård, matning, provtagning.
- Visiren kan användas som flergångs och desinfekteras med ytdesinfektion före och efter varje användning. Visiren byts ut när funktionen avtar eller desinfektion inte kan säkras.

Hemma hos patient/brukare

Utrustningen ska finnas lättillgänglig hos varje brukare/patient där vårdnära arbete utförs samt där livsmedel hanteras. Varje enhetschef ansvarar för hur utrustningen lämpligast förvaras. Utrustning hemma hos patient/brukare;

- Engångshandskar vinyl eller nitril, puderfria.
- Plastförkläde och visir
- Handdesinfektionsmedel 85%
- Ytdesinfektionsmedel 70% med tensider
- Flytande tvål, pappershanddukar och soppåsar

Munskydd och långärmad skyddsrock

Används vid ökad risk för smitta, t.ex magsjuka, influensa, Covid19. Bedömning om denna utrustning ska tas i bruk görs av sjuksköterska.

Munskydd/Andningsskydd

- Munskydd av klass IIR används tillsammans med visir eller skyddsglasögon.
- Andningsskydd av klass FFP2, FFP3 används i specifika situationer tillsammans med visir eller skyddsglasögon, t.ex vid risk för aerosolbildning vid droppsmitta.

Långärmad skyddsrock/långärmat plastförkläde

Det är viktigt att förklädet täcker arbetskläderna väl samt kan tas av på ett säkert sätt.

Hygienkit i bilar.

Alla fordon som används i hemtjänst, hemsjukvård och vid transporter av hjälpmedel ska utrustas med ett hygienkit som ska användas vid oförutsedd händelse med risk för smitta. Innehållet är detsamma som för grundutrustning hemma hos brukare/patient (se ovan) och kan packas i lämplig påse/låda eller liknande. Den som förbrukar något i hygienkitet ansvarar för att det snarast fylls på.

Klädregler

De kläder som man arbetar i är arbetskläder och får bara användas på arbetet. Om arbetet bedrivs på flera platser t.ex i hemtjänst och hemsjukvård får kläderna bäras vid färd mellan dessa.

- Ombyte till och från arbetskläder görs på arbetsplatsen.
- Arbetsklädernas ärmar ska sluta ovanför armbågen för att möjliggöra handtvätt och desinfektion upp till armbåge.
- Nederdelen kan bestå av byxa eller kjol
- Arbetskläderna ska bytas dagligen, eller oftare vid behov, t.ex om stänk av kroppsvätskor hamnat på arbetsklädseln.
- Arbetskläder ska tvättas på arbetsplatsen i minst 60 grader C.
- Huvudduk kan användas av dem som önskar det. I det fall huvudduk används gäller samma regler som för tvätt av arbetskläder. Huvudduken ska fästas upp vid användning.
- Långt hår och skägg ska sättas upp

Personalinfektioner

Vid hand- och nagelbandsinfektioner, eller sjukdom med symtom som diarré eller kräkningar är det inte tillåtet att arbeta med livsmedel eller vårdnära arbete. Infekterade sår, även om de är små, är en viktig smittkälla för kliniska infektioner.

Om du har ett infekterat sår, nagelbandsinfektion eller dylikt ska du alltid rapportera detta till närmaste chef som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas.

Hantering av smutstvätt

- Använd plastförkläde, visir och handskar samt utför handdesinfektion.
- Blanda inte smutsig och ren tvätt.
- Smutstvätt ska läggas direkt i påse/säck/tvättkorg, inte läggas eller sorteras på golvet.
- Blanda inte olika patienters kläder om de inte går att tvätta i + 60 C.
- Vid hantering av starkt förorenad tvätt, använd plastpåsar som upplöses i tvättmaskin.

Desinfektionsrutiner

Punktdesinfektion av ytor

Desinfektion av ytor ska utföras omedelbart vid spill av till exempel blod, urin, avföring eller sårsekret. Tag rikligt med desinfektionsmedel på en engångsduk/papper och bearbeta den förorenade ytan. När ytan är synligt ren och torr är den desinfikerad. Städning kan sedan utföras som vanligt.

Värmedesinfektion av utrustning

Värmedesinfektion innebär att den utrustning som desinfekteras blir höggradigt rent och ska alltid användas i första hand. Diskdesinfektor används t.ex till saxar, peanger och såromläggningsmaterial. Spoldesinfektor används till desinfektion av urinflaskor, tvättfat etc.

Kemisk desinfektion av utrustning

Kemisk desinfektion är alltid ett andrahandsval.

Städning

Basala hygienrutiner är grundläggande för att förebygga smitta/smittspridning mellan personal och från personal till patient/brukare. En fullgod städning i vårdlokaler är viktigt för att minska mängden mikroorganismer i miljön. Personal som upptäcker spill av kroppsvätskor/utsöndringar ansvarar för att punktdesinfektion och städning utförs direkt.

Vid slutstädning skall alla tagytor (där händer har kunnat vara) först noga avtorkas med ytdesinfektionsmedel och därefter sker städning enligt vanlig rutin. Om detta av något skäl inte är genomförbart görs desinfektion av tagytor efter slutstädningen. Samma regel gäller efter att en person tillfrisknat från vinterkräksjuka för att undvika återinsjuknande då smittämnen kan finnas kvar i flera veckor.

Livsmedelshygien/Livsmedelshantering

Bakterier, virus och andra mikroorganismer kan spridas via maten. Inom vård och omsorg finns stor risk för smittspridning via personal som växlar mellan vårdarbete och mathantering.

Se vidare länk från Vårdhygien: [Livsmedelshygien, Regional rekommendation för kommunal vård och omsorg.](#)

- Tvätta och desinfektera händerna före all livsmedelshantering enligt rutin för handhygien
- Använd alltid köksförkläde av tyg.
- Förklädet byts dagligen.
- Verksamheten bör eftersträva att så få personal som möjligt hanterar livsmedel.

Livsmedel och redskap

- De flesta bakterier/virus dör vid upphettning. Tillagad mat som ska förvaras måste snabbt kylas ned för att minska risken för bakterietillväxt.
- Mat som återuppvärmts skall ha en temperatur av + 72 grader C.
- Varmhållning av mat får ske under högst två timmar och vid +60 grader C.
- Frukt och grönsaker sköljs noga.

Utrustning och städ

- Tänk på att redskap och arbetsyta skall hållas rena. Använd inte samma skärbräda/kniv till kött och grönsaker.
- Speciell städutrustning används till kök och får inte förvaras i sköljrum eller liknande
- Disktrasa ska bytas dagligen.

Egenkontroll

- Temperatur i kylskåp ska kontrolleras minst varje vecka med termometer och temperaturen får inte överstiga +8 grader C.
- Temperatur i frys skall vara minst 18 grader C.

Hygienhantering av hjälpmedel

Se rutin för medicintekniska produkter samt [vårdhandboken rengöring av hjälpmedel.](#)

Referenser

[SOSFS 2015:10](#)

[AFS 2018:4 Smittrisker](#)

[Vårdhygieniska rutiner inom kommunal vård och omsorg](#)