



## 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 arbetsätt

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.
- Det är inte tillåtet att arbeta med livsmedel vid hudinfektioner, sår, bandage eller ortoser på händer eller underarmar.

### Munskydd och visir

- Munskydd används hela arbetspasset oavsett arbetsuppgift. Visiret kan fällas upp kortare stunder i allmänna utrymmen, om avstånd på 2 meter kan hållas.

### Plastförkläde

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

### Långärmad skyddsrock

- Används efter sjuksköterskas bedömning.

### Desinfektion av ytor

- Allt spill av kroppsvätskor skall omedelbart torkas upp med ytdesinfektionsmedel+tensider alternativt 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 får inte förekomma vid livsmedelshantering.

### Tvättshantering

Tillämpa basala hygienrutiner, se även särskild rutin för tvättshantering.

- 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 om basala hygienrutiner.

### Hygienkörkort

För att säkerställa att du har uppdaterad kunskap om basala hygienrutiner så ska ett webbaserat hygienkörkort genomföras, tid ca 15 minuter.

[Hygienkörkort för kommunal vård och omsorg \(vgregion.se\)](https://larportalen.vgregion.se/course/view.php?id=318) eller skriv in i sökmotorn: <https://larportalen.vgregion.se/course/view.php?id=318>

- Genomfört hygienkörkortet

**Lämna checklista och hygienkörkort till ansvarig chef efter genomgång.**

---

Ansvarigt Hygienombud/chef för genomgång

Datum