

 <b>ULRICEHAMNS KOMMUN</b>	<b>Dokumentnamn:</b>	
	Basala hygienrutiner och vårdhygien	
	<b>Berörd verksamhet:</b>	
	Sektor Vårld	
<b>Upprättad av:</b>	<b>Godkänd av:</b>	<b>Giltigt från:</b>
Medicinska ansvarig sjuksköterska (MAS)	MAS	Reviderad 211012

## Basala hygienrutiner

Den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning mellan personal och från personal till brukare/patient 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 och munskydd
- 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 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

Ta rikligt med handsprit, gnid in hela händerna och underarmarna tills de är torra för att få full effekt. Glöm inte mellan fingrar och tumgrepp. Handdesinfektion ska göras:

- före och efter alla vårdmoment,
- före och efter användning av handskar,
- före rent och efter orent arbete samt
- efter handtvätt.

## Handtvätt

Tvätta händer och underarmar med vatten och flytande tvål , torka torrt med pappershandduk:

- När de känns kladdiga eller är synligt smutsiga.
- Efter omvårdnadsarbete hos vårdtagare med diarré eller kräkning.
- Före hantering av livsmedel.
- **Vid misstänkt magsjuka tvätta alltid händer och underarmar**, torka torrt, desinficera.

## Grundläggande skyddsutrustning

Används vid risk för kontakt med kroppsvätskor t ex vid toalettbesök, baddning, 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.

### Långärmad skyddsrock/långärmat plastförkläde

- Används vid ökad risk för smitta, t.ex magsjuka, influensa, Covid19. Bedömning görs av ssk.
- Skyddsrocken/förklädet ska täcka arbetskläderna väl samt kunna tas av på ett säkert sätt

### 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.

## Munskydd/andningsskydd

Säkerställ att du som personal kan arbetsättet för användande av munskydd/andningsskydd och visir/skyddsglasögon, se instruktioner och filmer i [Riktlinjer för hälso- och sjukvård – Covid 19](#)

Munskydd IIR används i allt vård/ansiktsnära arbete när ingen misstanke om smitta eller bekräftad smitta finns. T.ex t ex personlig hygien, toalettbesök, byte av kateterpåse, hantering av smutstvätt, sårvård, matning, provtagning.

Andningsskydd( FFP2, FFP3) ska användas vid misstänkt eller bekräftad covid-19.

- Munskyddet/andningsskyddet kan bäras mellan olika brukare/patienter så länge det inte är nedsmutsat eller genomfuktat. Ingen tidsgräns finns.
- Munskyddet kan justeras men får aldrig föras upp och ner.
- Andningsskydd ska tillpassas enligt leverantörens anvisning. Vid läckage; korrigeras näsbygeln, masken och/eller banden och kontrollera igen. – Var vaksam på att inte stöta till andningsskyddet efter tillpassning.
- Byt alltid munskyddet/andningsskyddet vid nedsmutsning, genomfuktning, fika eller matrast.

### Visir/skyddsglasögon

- Ska alltid användas tillsammans med munskydd/andningsskydd i vårdnära/ansiktsnära arbete
- Visir/skyddsglasögon ska desinficeras vid byte av munskydd/andningsskydd eller om visiret vidrörts med händerna. Tänk på handhygien i samband med desinfektion
- Om visiret/skyddsglasögonen tas av följ rutinen för desinfektion.
- Kan användas som flergångs och desinfekteras med ytdesinfektion före och efter varje användning. Visiren byts ut när funktionen avtar eller desinfektion inte kan säkras.

## **Skyddsutrustning 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;

- Engångshandskar vinyl eller nitril, puderfria.
- Plastförkläde
- Visir (om ej personliga används)
- Munskydd IIR
- Handdesinfektionsmedel 85%
- Ytdesinfektionsmedel 70% med tensider
- Flytande tvål, pappershanddukar och soppåsar

## **Skyddsutrustning - hygienkit i bilar.**

Alla fordon som används i hemtjänst, hemsjukvård och vid transporter av hjälpmedel ska utrustas med ett hygienkit som ska användas vid oförsedd 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**

Ulricehamns kommun tillhandahåller arbetskläder för personal i vård och omsorgsarbete. Om arbetet bedrivs på flera platser t. ex i hemtjänst och hemsjukvård får kläderna bäras vid färd mellan dessa.

- Arbetskläderna består av överdel och underdel, nederdelen kan bestå av byxa eller kjol.
- Arbetsklädernas ärmar ska sluta ovanför armbågen för att möjliggöra handtvätt och desinfektion upp till armbåge.
- Ombyte till och från arbetskläder görs på arbetsplatsen.
- 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.

## **Desinfektionsrutiner**

### **Punktdesinfektion av ytor**

- Desinfektion av ytor ska utföras omedelbart vid spill av till exempel blod, urin, avföring eller sårsekret.
- Tag rikligt med desinfektionsmedel med tensider 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**

Utrustning som desinfekteras blir högggradigt 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

En fullgod städning i vårdlokaler är viktigt för att minska mängden mikroorganismer i miljön.

- Personal som upptäcker spill av kroppsvätskor/utsöndringar ansvarar för att punktdeinfektion och städning utförs direkt.
- Vid slutstädning skall alla tagytor (där händer har kunnat vara) först noga avtorkas med ytdesinfektionsmedel med tensideroch därefter sker städning enligt vanlig rutin.
- Samma regel gäller efter att en person tillfrisknat från vinterkräksjuka eller Covid-19 då smittämnen kan finnas kvar i flera veckor.

## Hantering av brukares 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 brukares kläder om de inte går att tvätta i + 60 C.
- Vid hantering av starkt förorenad tvätt, använd plastpåsar som upplöses i tvättmaskin.

## 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.

## 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 - länkar

[Vårdhygieniska rutiner kommunal vård och omsorg - Södra Älvsborgs Sjukhus \(vgregion.se\)](#)

[SOSFS 2015:10 Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien i vård och omsorg - Socialstyrelsen](#)

[AFS 2018:4 Smittrisker](#)