

Saknar du svar på någon fråga? Kontakta [Vårdhygien](#).

## Basala hygienrutiner

### Vad gäller kring handhygien?

- Händerna ska desinfekteras med handdesinfektionsmedel före och efter patientkontakt, före rent arbete och efter orent arbete samt före och efter användning av handskar.
- När händerna är synligt förorenade eller kan antas vara smutsiga ska de tvättas med tvål och vatten.
- Efter vård av patient med konstaterad eller misstänkt magsjuka ska händerna tvättas med tvål och vatten och vara torra innan handdesinfektion.
- Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor eller motsvarande.
- Handkräm ska användas vid behov för att förebygga torra och nariga händer. Skadad hudbarriär medför ökad risk för smittspridning.

Läs mer om basala hygienrutiner i [Vårdhygieniska riktlinjer i Region Västmanland](#).

### Måste jag följa klädreglerna om jag arbetar administrativt, till exempel som vårdadministratör eller vårdpersonal som har en administrativ dag?

Personer som inte arbetar patientnära behöver inte följa regler för klädsel. En person som inte arbetar vårdnära men utför vårdrelaterade arbetsuppgifter, så som att fylla på i förråd eller hantera livsmedel/tvätt, eller rör sig i vårdmiljö där smittrisk föreligger bör dock följa klädreglerna. Korrekt klädsel och god följsamhet till övriga hygienrutiner har dessutom ett stort signalvärde för både annan personal och patienter som befinner sig i lokalerna, varför det finns ett värde i att även till exempel personal i en reception följer klädreglerna.

### Vilka regler gäller för städpersonal och personal i vårdnära service (VNS)?

Reglerna för basala hygienrutiner gäller även för städpersonal och personal som arbetar i vårdnära service (VNS) i samband med arbete städ, tvätt- eller förrådshantering på vårdenheter.

### Vilka regler gäller om jag har eksem eller sår på händerna?

Sår på händerna medför ökad risk för smittspridning – både till patienter och till den vårdpersonal som har skadad hud.

Du ska inte arbeta i patientnära vård vid handeksem, infekterade sår, färska och djupa sår på händerna, nagelbandsinfektioner eller dylikt. Vid hudproblem som engagerar händerna tag kontakt med din chef som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas.

## Får jag arbeta i patientnära vård med sår på händer och underarmar om jag lägger om med plåster eller bandage?

Det är inte tillåtet att ha tejp, plåster eller förband på händer och underarmar. För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste händer och underarmar vara fria från främmande material.

## Varför får jag inte använda smycken och klocka i patientnära vård?

För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste händer och underarmar vara fria från främmande material, det vill säga armbandsur, smycken, bandage, stödskenor eller motsvarande. Naglarna ska vara korta och fria från konstgjort material.

## Vad gör jag om jag behöver ha klocka på mig för att se sekundvisare vid pulstagning eller räkna andningsfrekvens?

Du får inte ha klocka på armen, eftersom klockan förhindrar korrekt handhygien. Det ska finnas väggklocka med sekundvisare på vårdrum där det behövs.

## Är det förbjudet för personal i patientnära vård att ha piercing?

Örhängen och andra smycken i piercade hål kan bäras om de inte hänger ner i arbetsfältet. Vissa verksamheter kan ha speciella regler om smycken inklusive piercing. Ofta handlar det då om andra skäl än hygienaspekter. Ur en vårdhygienisk synpunkt finns inget förbud mot att arbeta i patientnära vård med en välläkt piercing oavsett var den sitter. Det finns därför inget generellt förbud mot piercing.

En välläkt piercing utgör inte någon smittrisk förutsatt att personen är noga med sin handhygien. En oläkt eller infekterad piercing kan utgöra en risk både för den som bär en piercing och för patienterna. Vid infektioner i anslutning till piercing måste individuell bedömning göras i varje enskilt fall. Kontakta din chef för diskussion.

## Får jag ha tatueringar eller hennatatueringar?

Har du oläta tatueringar som är synliga på händer och/eller underarmar får du inte arbeta eftersom oläta tatueringar är som ett sår och du inte kan utföra en korrekt handdesinfektion. Läta tatueringar innebär inget hinder för vårdarbete.

Så länge något kan lossna från hud/naglar förhindrar det korrekt handdesinfektion. Det innebär att när du gjort en hennatatuering på händer och underarmar måste den påmålade färgen ha ramlat av innan du kan arbeta.

## Får jag använda halsband när jag arbetar i patientnära vård?

Ja, om halsbandet inte hänger ner i arbetsfältet. Vissa verksamheter kan ha speciella regler om smycken. Ofta handlar det då om andra skäl än hygienaspekter.

## Vilka regler gäller för att användande av stödskenor eller stödstrumpor som måste användas av medicinska skäl?

Stödstrumpa på arm eller hand- och armskena får inte användas i patientnära vård. För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste händer och underarmar vara fria från främmande material.

## Min läkare har sagt att jag kan använda den här ortosen även i patientnära arbete. Vad gäller?

För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste händer och underarmar vara fria från främmande material. Det finns inga ortoser som kan användas i patientnära arbete.

## Får jag tejpa handen istället för att ha stödskena?

Det är inte tillåtet att ha tejp, plåster eller förband på händer och underarmar. För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste händer och underarmar vara fria från främmande material.

## Får jag ha ofärgat nagellack för att förhindra sköra naglar?

För att det ska vara möjligt att genomföra korrekt handhygien måste naglarna vara korta och fria från konstgjort material. Nagellack och nagelsmycken är att betrakta som konstgjort material. Lacket utgör en risk för ansamling av smuts och mikroorganismer i de sprickor och flagor som uppstår i samband med mekanisk slitning och åverkan av handdesinfektionsmedel. Inte heller ofärgat nagellack är därför tillåtet vid patientnära vårdarbete.

## Måste jag använda förkläde om jag bara står bredvid patienten/brukaren?

Plastförkläde används för att skydda arbetsdräkten från smuts och smittämnen. Plastförkläde behövs inte om arbetsdräkten inte vidrör patienten/brukaren eller den patientnära miljön (till exempel säng eller nattduksbord).

# Klädregler

## Vad gäller allmänt om klädregler?

- Arbetsdräkt tillhandahålls av arbetsgivaren och får endast användas i arbetet.
- Arbetsklädernas ärmar ska vara så korta att de slutar ovanför armbågen.
- De ska bytas dagligen eller oftare vid behov, till exempel då de blivit våta eller synligt förorenade.

Läs mer om klädregler i [Vårdhygieniska riktlinjer i Region Västmanland](#).

## Varför måste arbetsdräktens ärmar vara korta?

Arbetsdräkten ska vara kortärmad vid patientnära vårdarbete för att möjliggöra en korrekt handdesinfektion samt minska risken för smittspridning via kläder. Långärmad arbetsdräkt får inte användas i samband med patientnära vårdarbete. Långa ärmar som kavlas upp kan glida ner. Det är därför inte tillåtet att bära ett långärmat plagg med uppkavlade ärmar under arbetskläderna.

## Får jag använda långärmad rock eller värmejacka om jag fryser på jobbet?

Nej, långärmade plagg får inte användas i patientnära arbete, men vid till exempel rast, administrativt arbete eller transport utomhus kan du använda en långärmad värmejacka, men denna måste tas av i samband med patientnära vård. Den långärmade värmejackan måste förvaras på ett sätt så att den inte blir smutsig och ska tvättas varje vecka.

## Får jag ta av mitt värmeplagg och sedan ta på det igen?

Ett värmeplagg som bara används vid administrativt arbete får tas av och på (en långärmad värmejacka, en värmeväst eller en kortärmad arméjacka). Ett värmeplagg som används i patientnära vård (en värmeväst eller en kortärmad värmejacka) får inte tas av och sedan tas på igen. Värmeplagg som använts vid patientnära vård ska tvättas (engångsplagg ska slängas) när de tagits av.

## Vilka privata kläder får jag bära när jag arbetar i patientnära vård?

Det är inte tillåtet att kombinera arbetskläder med privata kläder. Undantag är underkläder, kortärmad tröja, strumpor, strumpbyxor/tights/leggings och huvudduk.

## Varför får enhet X använda sina arbetskläder utanför enheten när de åker bil?

Arbetsdräkt får normalt endast bäras i arbetet. Om arbetet bedrivs på flera platser, får arbetskläderna även bäras vid färd mellan de olika platserna.

## Måste jag ha arbetsdräkt vid till exempel hembesök?

Vid patientnära arbete utanför vårdinrättning, till exempel vid hembesök, ska arbetsdräkt anpassad till verksamheten användas.

## Får jag vara barfota i skorna?

Ur vårdhygienisk synpunkt finns inget krav på att bära strumpor i skorna vid arbete i patientnära vård. Inom vissa verksamheter kan det vara olämpligt att vara barfota i skorna. Verksamhetschefen kan besluta att strumpor ska bäras i skorna i den egna verksamheten.

## Vilka regler gäller för tvätthantering?

Arbetskläder ska läggas i avsedd tvättsäck. Därefter tvättas kläderna i en kvalitetssäkrad process. Lagring av tvätt – både ren och smutsig – medför att tillgången på rena kläder i verksamheterna blir begränsad. Smutsig tvätt ska returneras så snart som möjligt efter användning. Smutsig tvätt ska förvaras åtskild från ren tvätt. Det är inte tillåtet att ta hem arbetskläder för tvätt.

## Hur långt får håret vara i patientnära arbete?

Håret får vara hur långt som helst under förutsättning att det sätts upp eller täcks vid vårdarbete så det inte hänger ner eller stör i arbetsfältet. Håret får inte förhindra att skyddsutrustning används på ett korrekt sätt, till exempel genom att ett andningsskydd inte sluter tätt.

## När måste jag använda hårskydd?

På vissa arbetsplatser såsom storkök, operationsavdelning och sterilcentral krävs hårskydd.

## Får jag arbeta i patientnära arbete med långt skägg?

Ja, men under förutsättning att det kan sättas upp eller täckas vid vårdarbete så det inte hänger ner eller stör i arbetsfältet. Skägg får inte heller förhindra att skyddsutrustning används på ett korrekt sätt till exempel genom att ett andningsskydd inte sluter tätt.

## Vilka regler gäller för användande av huvudduk i patientnära arbete?

Huvudduk ska fästas så den inte hänger ner i arbetsfältet. Nerhängande delar ska vara instoppade under arbetsdräkten. Huvudduk får inte förhindra att skyddsutrustning används på ett korrekt sätt till exempel genom att ett andningsskydd inte sluter tätt.

# Skyddsutrustning

## Vad gäller allmänt om skyddsutrustning?

- Skyddshandskar ska användas om händerna riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor.
- Handskar som används i vård ska vara för engångsbruk och ska bytas mellan varje vårdmoment.
- Om arbetskläderna riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material under ett vårdmoment, ska plastförkläde, eller motsvarande skyddskläder användas utanpå arbetskläderna.
- Om skyddskläder används vid vård av flera personer efter varandra, ska de bytas mellan varje person.
- Ett skydd för ansiktet kan ibland vara aktuellt om det finns risk för stänk mot ansiktet. Exempel på ansiktsskydd är visir eller skyddsglasögon i kombination med vätskaavvisande munskydd.

## När skall jag ha plastförkläde?

Plastförkläde ska användas för att skydda arbetsdräkten från nedsmutsning. Plastförkläde ska användas vid risk för kroppskontakt och/eller risk för kontakt med kontaminerat/nedsmutsat material, till exempel vid hjälp med hygien, hjälp vid toalettbesök, bäddning av säng, såromläggning och undersökning av patient i säng.

## Varför är det bättre med engångsplastförkläde än en skyddsrock av tyg?

Engångsplastförklädet är vätsketätt och eftersom det bara används en gång vet man att det alltid är rent.

## Varför får jag inte ha plastförklädet i korridoren?

Plastförklädet blir kontaminerat med smittämnen i samband med vårdmomentet. Om du går ut i korridoren för att hämta material riskerar du att kontaminera korridor, skåp och förråd.

Undantag från denna regel är:

- när du går till sköljrummet med smutsigt gods som bäcken och tvättfat,
- vid vissa situationer, till exempel när patient gångtränar i korridor
- vid transport av svårt sjuk patient som behöver vård under transport.

## Varför skall jag desinfektera händerna innan jag tar på mig handskar?

När du tar handskar ur handskpaketet utan att desinfektera händerna innan så riskerar du att kontaminera handskpaketet och handskarna som ligger i paketet. Du riskerar då att kontaminera handsken innan du har satt den på handen och dessutom kontaminera handskarna för de som ska ta handskar efter dig. Om det går håll på handsken och händerna inte är desinfekterade finns risk att bakterier läcker ut.

## Ska jag ha handskar på mig när jag transporterar en patient med MRSA/tuberkulos/annat i säng eller brits till röntgen?

Du ska aldrig rutinmässigt ha handskar på dig när du transporterar en patientsäng eller en brits.

## Ska jag alltid ha plastförkläde och handskar på mig när jag går in i ett rum med smitta, som till exempel MRSA?

Användningen av handskar och förkläde skiljer sig inte vid vård av patient med eller utan MRSA. Det innebär att du ska använda handskar vid risk för kontakt med kroppsvätska och du ska använda plastförkläde vid risk för kontaminering av arbetsdräkt.

## När ska jag använda visir?

Stänkskydd som visir eller munskydd med visir/skyddsglasögon ska användas vid risk för stänk mot ansiktet, till exempel vid sugning av luftvägar eller manuell rengöring av instrument. Visir kan även användas i kombination med munskydd klass IIR vid risk för smitta från patient/brukare till personal.

# Mätningen

## Hur räknas procenttalet ut?

Metoden för PPM BHK är nationell. Den sammanslagna procentsiffran är inte ett medelvärde av de ingående 8 värdena, utan talar om hur många av observationerna som utgjordes av personer som gjorde rätt i samtliga 8 steg.

Den sammanslagna procentsiffran svarar alltså på frågan; hur stor är sannolikheten att en patient får träffa en vårdpersonal som följer basala hygienrutiner och klädregler? Ur patientens synvinkel utgör varje vårdpersonal som inte följer samtliga basala hygienrutiner och klädregler fullt ut en risk för vårdrelaterad smitta.