



Självklart!

Läs det i alla fall

självklarheter



Vi är alla beredda att göra allt vi kan för att de som behandlas, vårdas eller arbetar i vården inte ska smittas eller i onödan drabbas av en infektion.

Därför är det viktigt att vi har kunskap om och följer de hygienregler som finns.

Reglerna kan tyckas självklara men det är viktigt att komma ihåg att de bygger på både vetenskap och erfarenhet.

God vårdhygien är allas ansvar. Och vi har blivit bättre. Nästan alla följer de enkla reglerna att alltid desinfektera händerna, bära kortärmat och inte använda ringar och klockor. Men vi kan bli ännu bättre!

Här kan du kortfattat läsa om hygienreglerna för att hjälpa oss att minska risken för smitta och smittspridning. Läs - även om det är självklart!

LENNART ISELIUS
Hälso- och sjukvårdsdirektör





Svårare

"Vi vill absolut inte att patienten ska komma hit med en sjukdom och gå härifrån med en annan. Som vi orsakat. Det är ju självklart!"

MARIE SÖDERBERG, sjuksköterska familjeläkarenheten Sala Väsby

Basala hygienrutiner

Basala hygienrutiner gäller överallt där vård och omsorg bedrivs.

Syftet är att förhindra smitta

- från patient till personal och från personal till patient
- mellan patienter, via personalens händer och kläder.

I basala hygienrutiner ingår

- arbetskläder
- handhygien, det vill säga alltid handdesinfektion och ibland handtvätt
- ibland handskar
- skyddskläder: engångsplastförkläde eller skyddsrock
- ibland stänkskydd: visir eller skyddsglasögon och munskydd.

än så är det inte!

”Den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning i vårdarbetet är att personalen spritar sina händer”

MARIA ECKERROT
Överläkare



Desinficera

Handdesinfektion

Desinfektera händerna med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel före och efter alla vård- och undersökningsmoment.

Så här gör du

Kupa handen och fyll den med handdesinfektionsmedel, ca 2-4 mL. Gnid in medlet överallt på händerna, den mekaniska bearbetningen är viktig. Börja med fingertopparna, mellan fingrarna, i tumgreppet och avsluta med underarmarna. Fortsätt gnida tills alkoholen har dunstat och huden känns torr.



händerna



Så här

Tvätta händerna

Tvätta händerna med ren flytande tvål när händerna är synligt smutsiga eller känns kladdiga. Torka torrt med papper. Avsluta med handdesinfektion.

Inga smycken

Använd inte ringar, armband eller armbandsur. De kan vara smittvägar. Håll naglarna korta och använd inte nagellack eller lösnaglar. Om händerna känns torra och nariga använd gärna handkräm.




gör du

Använd handskar

Använd alltid handskar vid kontakt med urin, avföring, blod, sår och sekret etc. Byt handskar efter orena arbetsmoment även om arbetet fortsätter på samma patient. Byt även handskar mellan patienterna.

Kasta handskarna när du är klar. Handskar kan gå sönder och händerna kan förorenas när de tas av. Desinfektera därför händerna efter att du tagit av handskarna.



” Att vara rätt klädd på jobbet är en självklarhet för mig. Kortärmad arbetskläder underlättar effektiv desinfektion av händerna före och efter varje patientkontakt. Alla vi som arbetar inom vården har ett gemensamt ansvar att förhindra smittspridning genom att följa denna 'klädkod!' ”

STEFAN STRÖM, överläkare

Använd arbetskläder

Arbetskläder tillhandahålls av arbetsgivaren som också ansvarar för tvätt av dessa. Överdel ska ha korta ärmar. Arbetskläderna ska bytas dagligen eller oftare vid behov. De får endast användas på arbetsplatsen och för ärenden inom sjukhusområdet. Långärmade plagg som läkarrock eller värmejacka får inte användas i patientnära arbete.

Skyddskläder

Engångsförkläde av plast eller skyddsrock ska användas om det finns risk för att arbetskläderna kommer i kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material. Skyddsrocken är patientbunden och bör bytas dagligen och när den blivit nedsmutsad eller fuktig.

Skydd vid stänk

Använd visir eller skyddsglasögon och munskydd som stänkskydd om det finns risk för stänk mot ansiktet.

Sätt upp hår

Långt hår ska sättas upp. Håret kan vara en smittväg för indirekt kontaktsmitta.

Huvudduk ska fästas upp eller stoppas innanför arbetskläderna och bytas dagligen. På arbetsplatser som storkök, operationssal och sterilcentral ska hårskydd användas.





Vårdhygien

- informerar och undervisar vårdpersonal i ämnet vårdhygien
- medverkar vid hygienronder
- utarbetar hygienrutiner
- kartlägger utbrott
- övervakar infektionsläget
- ger råd i vårdhygieniska frågor
- ger råd vid inköp av medicintekniska produkter/apparater
- ger råd vid om/nybyggnationer av vårdlokaler.

Vi är till för er – kontakta oss!

Hygiensjuksköterska för länets kommuner.
021-17 45 32

Hygiensjuksköterska för landstingets verksamheter.
021-17 41 98
021-17 34 60

Läs mer om oss på www.ltv.se/vardhygien



E-utbildning i basala hygienrutiner

Grundutbildning i basala hygienrutiner och klädregler (BHK) är obligatorisk för all vårdpersonal och personal inom städ och kost.

Personal inom landstinget hittar utbildningen genom att logga in på Kompetensplatsen med sitt HSA-id . Övriga hittar den via ltv.se.

Litteratur

Att förebygga vårdrelaterade infektioner,
Ett kunskapsunderlag 2006, SoS,
Socialstyrelsen

Lagar

Smittskyddslagen
Hälso- och sjukvårdslagen
Arbetsmiljölagen
Föreskrifter och allmänna råd,
Socialstyrelsen

Webbadresser

www.ltv.se/vardehygien
www.socialstyrelsen.se
www.lagrummet.se
www.vardhandboken.se



