

## Basala hygienrutiner

### Handhygien

#### Handdesinfektion

- Använd alkoholbaserade handdesinfektioninsmedel.
- Handdesinfektionsmedlet är återfettande och förhindrar att huden torkar ut.
- Desinfektera händer och vid behov underarmar före och efter alla vård och omvårdnadsinsatser, även om du skall använda handskar.
- Desinfektionen ska genomföras även före rent arbete och efter orent/smutsigt arbete.

#### GÖR SÅ HÄR:

- Kupa handen och fyll den med handdesinfektionsmedel ca 2-4 ml.
- Gnid in medlet över hela händerna, den mekaniska bearbetningen är viktig  
Börja med handflatorna, handryggarna, fingertopparna, runt alla fingrar och i tumgreppen. Vid behov desinfekteras även under armarna.
- Fortsätt gnida tills huden åter känns torr för att uppnå full effekt av desinfektionen och återfettningen.

#### Handtvätt

- Om händerna är synligt smutsiga samt efter kontakt med vårdtagare med symtom på kräkning eller diarré ska händerna tvättas före handdesinfektion, eftersom effekten av alkohol mot calici och rotavirus samt *Clostridium difficile* är begränsad.
- Tvätta händerna med flytande tvål och vatten när de är synligt smutsiga. Torka torrt med pappershandduk eller likdanande och desinfektera sedan händerna.

## Handskar

- Handskar används bara vid kontakt med blod, urin, avföring, kräkning, sekret. Desinfektera alltid händerna före och efter handskanvändning.
- Handskar är för engångsbruk och får aldrig desinfekteras eller återanvändas utan kastas direkt efter användning.
- Byt handskar mellan olika vårdmoment, även hos samma vårdtagare.
- Tänk på att handskar blir förorenade utanpå och då sprider smitta på samma sätt som händer utan handskar.
- Berör inte omväxlande smutsigt och rent, även om du har handskar på händerna.
- Förvara aldrig handskar löst i fickorna.

Handsken ska ha rätt storlek för att passa din hand. Plasthandskar kan användas för korta, torra arbetsmoment. Undersökningshandskar av vinyl/Nitril rekommenderas vid injektioner, såromläggning, hjälp med nedre toalett, byte av inkontinenshjälpmedel, byte av urinuppsamlingspåse, sugning av luftvägar. Undersökningshandskar av Nitril rekommenderas alltid vid direktkontakt med blod vid känd blodsmitta och vid all blodprovstagning.

Huden luckras upp under en tät handske vilket ökar risken för hudbesvär. Händerna ska därför inte utsättas för handskar under längre tid eller oftare än nödvändigt.

## **Skyddskläder**

Platsförkläde ska användas när det finns risk för att arbetskläderna kontamineras(förorenas). Platsförkläde är för engångsbruk och kasseras efter varje användningstillfälle.

Syftet är att skydda arbetsklädseln mot föroreningar och väta, samt att skydda vårddagaren från föroreningar.

Exempel på moment när skyddskläder ska användas:

- Hjälp med personlig hygien och toalettbestyr.
- På och avklädning
- Omläggning av sår
- Bäddning
- Hantering av smutsvätt
- Byte av urin uppsamlingspåse
- Sugning av luftvägar
- Städning av toalett.
- Långärmade plast förkläden ska finnas att tillgå. Det krävs exempelvis vid omvårdnad av vårddagare med skabb.

## **Handhygien för vårddagare och besökare**

Informera vårddagare och besökare om att de befinner sig i en miljö där en god handhygien är nödvändig! Den utföra med flytande tvål och vatten eller handdesinfektionsmedel.

**Rena händer är ett av de effektivaste sätten att stoppa smitta!**

## **Städning**

### **Håll rent!**

- Städning ska utföras noggrant med de städmedel som finns att tillgå. Om kontaminerat material ex tappas på golvet spritas området med alkohol baserad desinfektion.

### **Tvätt**

- Följ tvättråd på plagg och textilier.
- Lakan och handdukar ska tvättas i lägst 60-70 gr och bör torkas i tumlare för att undvika bakterietillväxt under torktiden.

## **Personal**

### **Personalens hudåkommor**

Personal som vårdar MRSA positiv ska inte ha sår , eksem eller andra hudåkommor. Vi behov kontaktas läkare för bedömning.

### **Personalens kläder**

Hantera personalens kläder, ryggsäckar och andra väskor så att de inte kontamineras och blir en smittrisk Förvaras under arbetstid i där för avsett omklädningsrum, byte till arbetskläder ska ske innan man går in i vårdtagarens närhet.

### **Tvätt av arbetskläder och handdukar för personalen**

- Ska tvättas och torkas i separata maskiner (ex tvättstugan)
- Följ tvättråden på plaggen, handdukar och lakan ska tvättas i lägst 60-70 grader. Tvätten torkas i tumlare för att undvika bakterietillväxt under torktiden.