

Rutin

Godkänd av: Ingemar Qvarfordt, Universitetssjukhusö, Vårdhygien (ingqv)

Rutinen gäller för: Kommunal vård och omsorg i Västra Götalandsregionen

Giltighet: 2019-03-05 till 2021-03-04

Basala hygienrutiner och klädregler

Detta är en regional rekommendation för kommunal vård och omsorg som komplement till *SOSFS 2015:10 Basal hygien i vård och omsorg*. Framtagen av Vårdhygiens nätverksgrupp för kommunal vård och omsorg i Västra Götaland.

Bakgrund

Basala hygienrutiner är den viktigaste åtgärden för att förebygga vårdrelaterade infektioner och smittspridning i vård- och omsorgsarbete. Basala hygienrutiner ska därför alltid tillämpas i alla vård- och omvårdnadsnära situationer samt vårdrelaterat arbete och av all personal oavsett om det finns en känd smitta eller inte. Omvårdnadsnära situationer innebär till exempel hjälp med personlig omvårdnad. Vårdrelaterat arbete innebär till exempel hantering av rent gods, städning, arbete i läkemedelsrum, tvätt- och sköljrum eller avdelningskök.

Syfte

Att beskriva praktisk tillämpning av föreskriften [SOSFS 2015:10 Basal hygien i vård och omsorg](#).

Åtgärder

Material och utrustning som behövs för att tillämpa basala hygienrutiner ska finnas tillgängligt och nära arbetsområdet.

- Händer och underarmar ska vara fria från armbandsur och smycken samt bandage, stödskenor eller motsvarande.
- Naglar ska vara kortklippta, fria från nagellack och konstgjorda material.
- Händer och underarmar ska ha hel hud eftersom skadad hud kan utgöra hinder för fullgod handdesinfektion och därigenom vara en källa för smittspridning. Personal som har eksem eller pågående infektion (t.ex. infekterat sår, nagelbandsinfektion) ska alltid rapportera det till ansvarig chef.
- Långt hår och skägg ska vara uppsatt, huvudduk ska vara kort eller instoppad under arbetskläderna.
- Arbetskläder ska
 - ha kort ärm som slutar ovanför armbågen
 - bytas dagligen eller oftare, till exempel när de blivit våta eller förorenade
 - tvättas i minst 60 grader i normalprogram.

Basala hygienrutiner och klädregler

Barium.ID: 40387

Handdesinfektion

Desinfektera händerna med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel omedelbart

- före och efter omvårdnadsnära och vårdrelaterat arbete
- före rent och efter orent arbete
- före och efter användning av handskar.

Gör så här:

- Ta rikligt (2-4 ml) med handdesinfektionsmedel.
- Gnid in hela händerna, glöm inte fingertoppar, tumgrepp och vid behov underarmar. Gnid till händerna är torra.

Om händerna tvättas med tvål och vatten ska de vara helt torra före handdesinfektion.

Handtvätt

Tvätta händerna när de är synligt smutsiga eller känns kladdiga, efter omvårdnadsarbete hos vårdtagare med diarré och/eller kräkning, samt före livsmedelshantering. Använd flytande tvål och pappershandduk.

Handtvätt efter kontakt med vårdtagare med diarré och/eller kräkning behövs för att handdesinfektionsmedlen vi använder inte har fullgod effekt på vissa virus och sporer som kan ge diarré och kräkning.

Handskar

Engångshandskar används för att skydda händerna mot stora mängder mikroorganismer som finns i kroppsvätskor. Handskar blir förorenade vid vårdarbete och sprider mikroorganismer på samma sätt som en smutsig hand. 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.

- Engångshandskar får inte desinfekteras.
- De ersätter inte handdesinfektion. Desinfektera händerna före och efter användning av handskar.
- Använd handskar endast när det verkligen behövs.
- Byt handskar mellan olika vård- och omsorgsmoment.
- Det är viktigt att det finns handskar i rätt storlek för all personal.

Handskar ska användas vid risk för kontakt med kroppsvätskor till exempel vid:

- nedre toalett
- hantering av smutstvätt
- byte av urinuppsamlingspåse
- sugning av luftvägar
- såromläggning.

Plastförkläde

Engångsplastförkläde ska användas vid risk för kontakt med kroppsvätskor, stänk och skvätt för att skydda när det finns risk att våra arbetskläder kan förorenas, till exempel vid:

- nära omvårdnadsarbete
- hjälp med personlig hygien
- sängbäddning
- omhändertagande av smutsig tvätt.

Basala hygienrutiner och klädregler

Barium.ID: 40387

Vid bäddning med rena sängkläder behövs inget plastförkläde.

Långärmat plastförkläde kan ibland behövas för att skydda underarmarna, till exempel vid skabb eller vid stora mängder diarré eller kräkning.

Punktdesinfektion av ytor

Punktdesinfektion är en viktig åtgärd för att förhindra smittspridning. Det innebär att ytor och föremål smittrenas med ytdesinfektionsmedel omedelbart efter förorening med kroppsvätskor. Följ leverantörens anvisning på förpackningen. Använd alltid medel med rengörande effekt. Personal som upptäcker förorening ansvarar för att punktdesinfektion utförs vid spill av till exempel blod, urin, avföring eller sårsekret eftersom kroppsvätskor kan innehålla stora mängder smittämnen.

Gör så här:

- Ta på dig handskar.
- Tag rikligt med ytdesinfektionsmedel 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.

Vid mindre mängd kroppsvätskor som kan torkas upp med engångsduk/tvättlapp används alkoholbaserat desinfektionsmedel med rengörande effekt.

Vid större mängd kroppsvätskor och vid virusgastroenterit eller Clostridium difficile enterit används Virkon 1 % eller Incidin Oxyfoam S.

Skyddsutrustning

Vid risk för stänk eller skvätt som kan nå ansiktet behövs personlig skyddsutrustning, till exempel heltäckande visir alternativt glasögon och vätsketätt munskydd. Skyddsutrustning ska tillhandahållas av arbetsgivaren, se [Smittrisker \(AFS 2018:4\)](#).

Övrigt

Piercing/tatuering

Piercade hål som är läkta utgör ingen smittorisk, men smycken i piercade hål får inte förekomma på händer eller underarmar.

Nygjord tatuering jämförs med ett öppet sår. Sitter den på händer eller underarmar kan man delta i omvårdnadsnära arbete först när huden är läkt.

Skoskydd

När skoskydd används ska händerna desinfekteras direkt efter att skoskydd satts på och tagits av. Skoskydd är engångs och ska kasseras efter användning.