

Hygienquiz för vuxna

- 1. Vilken är den enskilt viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning?**
 - Sätta upp håret
 - Handskar
 - Handtvätt
- 2. Under nageln kan det finnas lika många bakterier som det är invånare i...?**
 - Sverige
 - Stockholm
 - Göteborg
- 3. Blir händerna torra av handsprit?**
 - Nej, handsprit innehåller återfettande ämnen
 - Ja, det är bättre att tvätta händerna med tvål och vatten
 - Ja, därför ska handsprit undvikas
- 4. Hur länge ska man tvätta sina händer?**
 - 5-10 sekunder
 - 20-30 sekunder
 - 30-60 sekunder
- 5. När ska man tvätta sina händer?** Flera alternativ är rätt
 - Innan toalettbesök
 - Efter toalettbesök
 - Innan måltid
 - Efter måltid
 - När händerna är smutsiga
 - När man har sovit
 - När man har snutit sig
 - När händerna är blöta
 - Efter hantering av smutstvätt
 - Efter blöjbyte
 - Före matlagning och hantering av livsmedel
 - Efter att ha klappat ett djur

6. Varför är det viktigt att händerna torkas riktigt torra efter handtvätt?

- För att det annars blir blöta spår av händerna
- För att bakterier lättare sprids från fuktiga än från torra händer
- För att inte få eksem

7. Hur ofta ska man byta handskar?

- Dagligen
- Mellan varje barn vid blöjbyte
- När de har gått sönder

8. Var finns det mest bakterier på en toalett?

- I toalettstolen
- På spolknappen
- På dörrhandtaget

9. Hur många procent glömmar att tvätta sin tumme vid handtvätt?

- 2 %
- 100 %
- 56 %

10. Ska du använda tvål med bakteriedödande egenskaper?

- Ja, alltid
- Ja, men enbart i infektionstider
- Nej, de finns inget skäl till det

11. Är handsprit bra att använda?

- Nej, det torkar bara ut händerna
- Ja, det är ett utmärkt alternativ som komplement eller när man inte har tillgång till tvål och vatten
- Ja, det är alltid bättre än tvål

12. Hjälper antibiotika vid förkylning?

- Ja, det hjälper alltid
- Nej, antibiotika har ingen effekt på virus
- Ja, om man varit sjuk länge

13. Vilken smittväg är vanligast?

- Blodburen smitta
- Luftburen smitta
- Kontaktsmitta via händerna

14. Kan jag sprita av handskarna så jag slipper byta mellan varje barn?

- Nej, det är en smittrisk eftersom handsken kan gå sönder
- Ja, det är lika effektivt som att byta handskar och spar pengar åt arbetsgivaren.
- Ja, det går mycket snabbare och spar en massa tid åt arbetsgivaren. Tid är pengar som ni vet!

Har jag svarat rätt?

- 1. Vilken är den enskilt viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning?**
Tvätta händerna
- 2. Under nageln kan det finnas lika många bakterier som det är invånare i...?**
Sverige
- 3. Blir händerna torra av handsprit?**
Nej, handsprit innehåller återfettande ämnen
- 4. Hur länge ska man tvätta sina händer?**
20-30 sekunder, lika lång tid som det tar att sjunga Blinka lilla stjärna.
- 5. När ska man tvätta sina händer? Flera alternativ är rätt**
 - Efter toalettbesök
 - Innan måltid
 - När händerna är smutsiga
 - När man har snutit sig
 - Efter hantering av smutsvätt
 - Efter blöjbyte
 - Före matlagning och hantering av livsmedel
 - Efter att ha klappat ett djur
- 6. Varför är det viktigt att händerna torkas riktigt torra efter handtvätt?**
För att bakterier lättare sprids från fuktiga än från torra händer
- 7. Hur ofta ska man byta handskar?**
Mellan varje barn vid blöjbyte
- 8. Var finns det mest bakterier på en toalett?**
På dörrhandtaget
- 9. Hur många procent glömmer att tvätta sin tumme vid handtvätt?**
56 %
- 10. Ska du använda tvål med bakteriedödande egenskaper?**
Nej, de finns inget skäl till det
- 11. Är handsprit bra att använda?**
Ja, det är ett utmärkt alternativ som komplement eller när man inte har tillgång till tvål och vatten
- 12. Hjälper antibiotika vid förkylning?**
Nej, antibiotika har ingen effekt på virus
- 13. Vilken smittväg är vanligast?**
Kontaktsmitta via händerna
- 14. Kan jag sprita av handskarna så jag slipper byta mellan varje barn?**
Nej, det är en smittrisk eftersom handsken kan gå sönder

Så här tvättar du händerna

