

Rena händer och rätt klädd i vården

Basala hygienrutiner



Region Örebro län



Rätt klädd och god hygien i vården

Vårdpersonal kan via händer och kläder överföra smitta mellan patienter. Den viktigaste åtgärden för att minska risken för vårdrelaterade infektioner och förhindra smittspridning är att arbeta efter basala hygienrutiner.

Basala hygienrutiner innebär:

- Handhygien
- Handskar
- Plastförkläde/skyddsrock
- Arbetskläder



Handhygien

Med kortärmad arbetsdräkt kan du tvätta och desinfektera händerna på rätt sätt och på så vis minska risken för att sprida bakterier och virus. Ringar, armband eller armbandsur får inte användas. Naglar ska vara kortklipppta. Använd inte nagellack eller konstgjorda naglar, det döljer smuts och utgör en ökad risk för bakterietillväxt.

Handdesinfektion

Desinfektion av händerna ska göras före och efter varje patientkontakt och vid alla vård- och undersökningsmoment. Gör så här:

- Ta rikligt (2–4 ml) med handsprit.
- Gnid in – glöm inte fingertoppar, tumgrepp, handleder och vid behov underarmar.
- Fortsätt att gnida in handspriten tills händerna är torra. Då har full effekt uppnåtts.

Handtvätt

Händerna ska tvättas med tvål och vatten om de är synligt smutsiga samt alltid vid vård av patient med gastroenterit.



Handskar

- Använd alltid handskar vid kontakt med urin, avföring, blod och sekret.
- Händerna ska desinfekteras både före och efter användning av handskar.
- Kasta handskarna direkt efter användning och desinfektera händerna efteråt.
- Handskar ska ej desinfekteras.

Plastförkläde/ skyddsrock

- Plastförkläde eller skyddsrock ska användas vid patientnära, smutsigt eller vått arbete för att skydda arbetsdräkten. Plastförkläde ska slängas direkt efter användandet.
- Skyddsrock ska vara patientbunden och bytas varje dag samt när den blivit våt eller förorenad.



Arbetskläder

- Alla personalkategorier ska använda kortärmade arbetskläder vid undersökning, vård och behandling av patienter.
- Arbetsgivaren tillhandahåller och tvättar arbetskläderna som bara ska användas på arbetsplatsen.
- Arbetskläderna ska bytas dagligen eller oftare om de förorenats av kroppsvätskor.
- Privata kläder får inte användas vid direkt patientvård eller undersökning.
- Det är inte tillåtet att kombinera arbetskläder med privata kläder. Privata underkläder, strumpor och kortärmad undertröja är dock tillåtet.

Använd kroken!

På varje vård- och mottagningsrum ska det finnas kroker där du ska hänga långärmad gångrock, jacka eller väst.

Tvätt

Arbetskläderna ska tvättas i tvätteriet. Du får alltså inte tvätta dina arbetskläder hemma.



Smycken och armbandsur

Ringar, armband eller armbandsur får inte bäras eftersom de hindrar en effektiv handdesinfektion.

Piercing genom slemhinna får inte förekomma.

Hår

Långt hår och långt skägg ska vara uppsatt för att inte falla ner i arbetsfältet.

Huvudduk eller slöja ska vara instoppad under arbetsdräkten vid vårdarbete. Huvudduk tillhandahålls av arbetsgivaren och ska tvättas dagligen.

På vissa arbetsplatser som till exempel storkök, operationsavdelning och sterilcentral krävs att personalen har hårskydd.

Referenser

- Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien inom vård och omsorg 2015:10 (M och S)
- Att förebygga infektioner i vården II. Ett kunskapsunderlag, Socialstyrelsen 2006
- Vårdhandboken 2010

Ren vård säkrare vård

Läs mer om vårdhygieniska riktlinjer på
www.regionorebrolan.se/uso/smittskydd



Region Örebro län

Postadress: Region Örebro län, Box 1613, 701 16 Örebro **E-post:** vardhygien@regionorebrolan.se
www.regionorebrolan.se