


Gäller för: Västernorrlands kommuner i samverkan 		<h1>Basal hygien i vård och omsorg</h1>	
Godkänt av MAS i: Härnösand, Kramfors, Sollefteå, Sundsvall, Timrå, Ånge och Örnsköldsvik		Skapad av: Hygiensjuksköterskor i samråd med ansvarig hygienläkare i region Västernorrland	
Fastställt: 160111	Giltigt tom: 231201	Reviderat: 211130	Sida: 1 av 2

Bakgrund

Basala hygienrutiner ska tillämpas av all vård- och omsorgspersonal vid vård, undersökning och behandling eller annan direktkontakt med vårdtagare där vård och omsorg bedrivs. Detta oberoende av vårdgivare, vårdform och om vårdtagaren bär på en känd smitta eller inte.

Följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler (BHK) är den enklaste och mest effektiva åtgärden för att minska smittspridning och uppkomst av vårdrelaterade infektioner (VRI).

Syfte

Syftet med basala hygienrutiner och klädregler är att förhindra smittöverföring inom vård och omsorg. Socialstyrelsens föreskrift basal hygien i vård och omsorg (SOSFS 2015:10) innefattar:

- Arbetskläder, hår och skägg
- Skyddskläder
- Handhygien, naglar, smycken, bandage och stödskenor på händerna
- Handskar,


Arbetskläder

Arbetskläder, i vårdtagarnära omvårdnadsarbete, består av byxor och kortärmad överdel eller kortärmad klänning.

- De ska bytas varje dag och oftare om de blir våta eller smutsiga.
- Tvättning av arbetsdräkt ska ske i minst 60°C.
- Arbetskläderna får endast bäras i arbetet. Om arbete bedrivs på flera platser, får arbetskläderna bäras vid färd mellan dessa.
- Privata kläder i kombination med arbetskläder är inte tillåtet. Gäller ej ytterplagg. Kortärmad tröja kan användas under arbetsklädsel.
- Förvara inte rena arbetskläder tillsammans med smutsiga arbetskläder eller privata kläder.
- Långt hår och långt skägg ska vara uppsatt.
- Piercing får användas om hålet har en hel yta, dvs. den ska vara läkt och fri från infektion.
- Om huvudduk används ska den stoppas in under kragen och tvättas dagligen i minst 60°C.

Skyddskläder

- Engångsplastförkläde ska användas i omvårdnadsarbetet vid direktkontakt med vårdtagaren eller dennes säng samt vid hantering av smutsiga föremål. Exempel på detta kan vara personlig omvårdnad, bäddning, hantering av smutsvätt och avfall samt vid rehabilitering.
- Plastförklädet kastas direkt efter användning
- Visir eller skyddsglasögon och munskydd klass IIR är lämpliga att använda vid risk för stänk mot ansiktet t.ex. om vårdtagaren hostar i samband med matning

Gäller för: Västernorrlands kommuner i samverkan 		<h1>Basal hygien i vård och omsorg</h1>	
Fastställt: 160111	Giltigt tom: 231201	Reviderat: 211130	Sida: 2 av 2

- Personal vid ordinärt boende kan vid behov använda sig av skoskydd. Dessa är engångs och kastas efter användning. Viktigt att alltid desinfektera händerna i direkt anslutning till att du tagit på eller av skoskydden.

Handhygien

- Ringar, armband, klockor, stödskenor, förband eller liknande ska inte användas i vårdtagarnära vårdarbete eller vid hantering av livsmedel. Smycken på händer och underarmar samlar mikroorganismer och hindrar en god handhygien.
- Naglarna ska vara korta, om du vänder handflatan mot dig ska naglarna inte synas ovan fingertopparna. Naglar ska vara fria från allt konstgjort material t.ex. nagellack, lösnaglar eller uppbyggda naglar
- Handdesinfektion med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel ska utföras före och efter alla omvårdnadsinsatser samt före och efter användning av handskar för att inte smutsa ner innehållet i handskförpackningen. Handdesinfektion utförs även före rena arbetsmoment som t.ex. hantering av livsmedel, läkemedel och rent/höggradigt rent gods
- Vid handdesinfektion kupa handen och fyll den rikligt (2–4 ml) med alkoholbaserat desinfektions-medel. Fördela medlet överallt på händerna genom att gnida in det i handflatorna, på hand-ryggarna, fingertopparna, runt alla fingrarna, tumgreppen och (ca.15 cm) upp på underarmarna. Fortsätt gnida händerna mot varandra tills alkoholen dunstat och huden åter känns torr. Först då har full effekt uppnåtts.
- När händerna är synligt smutsiga samt efter vård av person med diarré/magsjuka ska händerna tvättas innan de desinfekteras. Händerna tvättas med flytande tvål och vatten före handdesinfektion, torka noggrant torrt med papper. Därefter används handdesinfektion på ovanstående sätt.
- Om du har sår på händer eller underarmar, kontakta närmaste chef som bedömer vilka åtgärder som bör vidtas.
- Handkräm rekommenderas att användas för att förebygga torra och nariga händer.

Handskar

- Skyddshandskar används vid kontakt med kroppsvätskor t.ex. urin, avföring, blod och sekret.
- Händerna desinfekteras innan och efter användningen av handskar.
- Skyddshandskar ska aldrig desinfekteras eller återanvändas utan kastas direkt efter användning.
- Berör inte omväxlande smutsigt och rent, även om du har handskar på händerna. Handskarna blir förorenade utanpå och sprider smitta på samma sätt som händer utan handskar. Det är inte tillåtet att använda dubbla handskar.
- Byt alltid handskar mellan olika vårdmoment hos samma vårdtagare.

Relaterad information:

Arbetsmiljöverkets författningssamling. Smittrisker AFS 2018:4
 Föreskrift om basal hygien i vård och omsorg. SOSFS 2015:10
 Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete SOSFS 2011:9
 Vårdhandboken.