



## Introduktion för nyanställd personal inom kommunal vård och omsorg.

För att inte sprida smitta mellan olika vårdtagare krävs att man har en god arbetsteknik, därför skall alltid basala hygienrutiner användas.

I basala hygienrutiner ingår:

- Handhygien/handdesinfektion
- Handskar
- Engångs plastförkläde

### Förutsättningar för en god handhygien

När man arbetar med vård och livsmedel: använd **inte** ringar, armbandsklockor eller armband.

Naglarna skall vara kortklippta och omålade.

Händerna skall vårdas, helst skall man ha hel hud. Visa upp ev. sår och eksem på händerna för arbetsledare.

Arbetsdräkten skall vara kortärmad.

### Handdesinfektion

Använd minst 2 ml handsprit och arbeta in den. Glöm inte tummar och fingertoppar.

Full effekt av handspriten har man när den torkat. Handdesinfektion utförs före och efter vårdtagarkontakt samt före och efter användning av handskar. Sprita även händerna före och efter orent arbete samt efter handtvätt.

### Handtvätt

Händerna tvättas med flytande tvål och torkas med pappershandduk, det är viktigt att torka riktigt torrt! Handtvätt utförs när händerna är synligt smutsiga, efter direkt kontakt med kroppsvätskor och före livsmedelshantering.

### Handskar

Handskar är för engångsbruk och samma handske **får inte** användas till flera vårdtagare.

Handskar **skall aldrig** tvättas, desinfekteras eller återanvändas.

Undvik att använda handskar länge, tag av dem direkt efter kontakt med kroppsvätskor.

Risken är att en förorenad handske sprider smittämne.

Handskar skall användas vid direktkontakt med kroppsvätskor, till exempel:

- Nedre toalett
- Byte av urinuppsamlingspåse
- Byte av blöjor
- Omläggning av sår

**Engångs plastförkläde**

Plastförkläde används vid vårdtagarna arbete och vid risk för kontakt med kroppsvätskor och utsöndringar.

Används till exempel vid:

- Hjälp med personlig hygien
- Sängbäddning
- Omläggning av sår

**Plastförklädet är engångs och kasseras direkt efter användning.**

**Mathantering**

Inom vård och omsorg finns stor risk för smittspridning via personalen som går mellan omvårdnad och mathantering.

Tvätta och desinfektera alltid händerna före allt köksarbete.

Separata kläder t.ex. förkläde bör användas vid livsmedelshantering.

Det är inte tillåtet att arbeta med oförpackade livsmedel vid sjukdom med symtom som diarré, kräkningar, halsont eller hudinfektioner på händerna.

Ringar, armband eller armbandsklockor får inte förekomma vid livsmedelshantering.

**Tvättshantering**

Blanda inte smutsig och ren tvätt. Vid hantering av smutsig tvätt bör plastförkläde och handskar användas. Handsprit används efter hantering av smutsig tvätt.

Förvara ren tvätt i tvättstugan så kort tid som möjligt.

**Arbetskläder**

Kläder man använder vid omvårdnadsarbete skall kunna tvättas i minst 60°C i normallångt program och vara kortärmad. Skall bytas dagligen och/eller om de blivit våta eller förorenade.

Långt hår skall vara uppsatt.

Marie Eriksson

Hygiensjuksköterska för kommunal vård och omsorg inom NU-sjukvårdens upptagningsområde

Tel. 0522-922 86

Fax.0522-933 96

Mobil. 0705-432340