

## Basal hygien i vård och omsorg

Dokumenttyp:	Rutin
Beslutad av:	Ledningsgruppen
Gäller för:	Vård- och omsorgsförvaltningen
Giltig fr.o.m.:	2013-09-09
Dokumentansvarig:	Medicinskt ansvarig sjuksköterska
Senast reviderad:	2016-08-11
Senast granskad:	2016-01-12

### Innehållsförteckning

<b>Basal hygien i vård och omsorg</b> .....	<b>1</b>
<b>Inledning</b> .....	<b>2</b>
<b>Smittvägar</b> .....	<b>3</b>
Kontaktsmitta.....	3
Droppsmitta .....	3
Luftburen smitta .....	3
Tarmsmitta.....	3
Ledningssystem för basala hygienrutiner .....	3
<b>Ansvar</b> .....	<b>3</b>
Områdeschefens ansvar (särskilda boenden för äldre) .....	3
Övriga områdeschefers ansvar .....	4
Vård- och omsorgspersonal .....	4
Hygienombud.....	5
<b>Klädregler</b> .....	<b>5</b>
Arbetskläder:.....	5
<b>Händer</b> .....	<b>6</b>
<b>Smycken</b> .....	<b>6</b>
<b>Hår</b> .....	<b>6</b>
<b>Skoskydd</b> .....	<b>6</b>
<b>Basala hygienrutiner</b> .....	<b>6</b>



<b>Handhygien</b> .....	<b>7</b>
Handdesinfektion.....	7
Handtvätt .....	7
Handskar .....	7
<b>Plastförkläde</b> .....	<b>8</b>
<b>Stänkskydd</b> .....	<b>9</b>
<b>Andningsskydd</b> .....	<b>9</b>
<b>Tvätt hantering</b> .....	<b>9</b>
Tvätt .....	9
Tvätt av personalens arbetskläder.....	9
<b>Punktdesinfektion</b> .....	<b>9</b>
Tillvägagångssätt vid punktdesinfektion:.....	9
Tillvägagångssätt vid punktstädning: .....	10
<b>Rengöring av instrument</b> .....	<b>10</b>
Spoldesinfektor .....	10
Diskdesinfektor .....	10
Kontroll apparatur .....	10
Omhändertagande av använt flergångsmaterial (i första hand instrument) efter vård/undersökning/ behandling .....	10
<b>Utbildning i basala hygienrutiner och klädregler</b> .....	<b>11</b>
<b>Livsmedelshygien i avdelningskök</b> .....	<b>11</b>
Personalhygieniska åtgärder vid livsmedelshantering .....	11

## Inledning

Den viktigaste grundprincipen i alla vårdsituationer, oavsett verksamhet, är att skapa barriär mot smitta och smittspridning. Detta innebär praktiskt att basala hygienrutiner ska tillämpas i alla vårdsituationer för att förebygga smittspridning av såväl känd som okänd smitta. Alla vårdgivare och all personal måste känna till gällande rutiner och ha kunskap om hur smitta sprids

Vårdrelaterade infektioner är ett problem inom kommunal vård och omsorg, liksom i övrig hälso- och sjukvård. Kontakterna mellan olika vårdformer är ofta tät och risken för smittspridning är stor. Alltmer vård bedrivs i dag inom olika boende, gemensamma eller i den enskildes hem med stöd av personal eller anhöriga. Oavsett boendeform är det i personens närmiljö som risken för smittspridning är som störst.

## Smittvägar

### Kontaktsmitta

#### *Direkt kontaktsmitta*

Som innebär direkt kontakt mellan smittkälla och mottaglig individ. Exempel är smitta från infekterade sår på händer som kommer i direktkontakt med skadad hud.

#### *Indirekt kontaktsmitta*

Vilket innebär kontakt mellan smittkällan och den mottagliga individen via något som kontaminerats med smittämnet. **Vårdpersonalens händer är den i särklass viktigaste transportören av indirekt kontaktsmitta inom vården.** Andra viktiga bärare är personalens kläder och föremål som t.ex. handskar eller instrument.

### Droppsmitta

Hosta, nysningar, kräkningar och diarréer ger en dusch av droppar som når "armlängds avstånd" ca 1-2 m och som faller nedåt. Dropparna som bär med sig smittämne överförs till ögon, näsa eller mun direkt eller indirekt vidare med händer eller saker som dropparna fallit på.

### Luftburen smitta

Luftburen smitta är ovanligt. Vattenkoppor, mässling och tuberkulos är ex på luftburen smitta. Den aerosol som bildas vid hosta torkar ihop till mindre droppkärnor och kan följa med luftströmmen. Dessa kan sedan andas in. Hudpartiklar från stora sår och hudinfektioner kan spridas till luften i ett rum vid ex bäddning och på så sätt nå luftvägarna

### Tarmsmitta

Sprids via smittämnen som utsöndras med tarminnehåll och som når munnen, antingen direkt via livsmedel eller vatten, eller indirekt ex. via händer, handdukar, disktrasa eller kranar.

### Ledningssystem för basala hygienrutiner

- Övergripande rutiner
- Hygienombud på varje enhet inom särskilda boenden under 2016
- Grundutbildning för hygienombud på särskilda boenden under 2016
- Aktivt förbättringsarbete inom enheten

## Ansvar

### Områdeschefens ansvar (särskilda boenden för äldre)

Områdeschefen ska säkerställa att egenkontroller genomförs varje år och att utsett hygienombud finns i verksamheten.

Områdeschefen ansvarar för att ta fram, fastställa och dokumentera arbetsrutiner för hur det lokala kvalitetsarbetet för basala hygienrutiner skall bedrivas utifrån resultat från egenkontrollen.

### ***Egenkontroll - Följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler***

Regelbunden mätning av följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler ger ett underlag till förbättringar i verksamheten. Hög följsamhet bidrar till en minskning av vårdrelaterade infektioner och på så vis till att öka säkerheten för kunder/patienter.

Mätningarna ska fungera som ett pedagogiskt stöd, i verksamheten utan att peka ut enskilda personer genom att:

- Identifiera eventuella brister
- Ge initiativ till förbättringsåtgärder
- Ta fram praktiska situationer i vardagsarbetet att diskutera
- Påminna om olika risksituationer

### **Övriga områdeschefers ansvar**

Mätningar av följsamhet till klädregler och basala hygienrutiner är en viktig del i förbättringsarbetet för att minska vårdrelaterade infektioner.

Inför medarbetarsamtal fyller medarbetaren i en kvalitetsdeklaration för basala hygienrutiner. Denna är underlag för diskussion på medarbetarsamtalet samt underlag för följsamheten av hygienrutinerna.

Respektive områdeschef fyller i en kvalitetsdeklaration och lämnar till MAS en gång per år, senast november månad.

### **Vård- och omsorgspersonal**

#### ***Personligt hygienansvar***

Personal kan själv bära på infektioner eller smitta som kan infektera den som får vård och omsorg. Den som vårdas är oftast på grund av sjukdom, ålder eller behandling mer infektionskänslig än friska arbetskamrater.

Personal som har infekterat sår, nagelbandsinfektion, handeksem eller psoriasis på händer eller underarmar ska alltid rapportera det till närmaste chef som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas. Vid diarré och/eller kräkning eller andra tecken på mag-/tarminfektion ska personal inte arbeta.

Händer, kläder, hår och smycken kan utgöra smittvägar för indirekt kontaktsmitta och det är därför viktigt att personal följer de regler som finns och alltid är noga med sin personliga hygien vid arbete i vård och omsorg.

Ansvarar för att medverka och följa rutiner för basala hygienrutiner. All personal har ett personligt ansvar för att känna till gällande rutiner och dokument.

## Hygienombud

Vårdhygien är en integrerad del i all vård och omsorg oavsett vårdform. Alla enheter inom äldre- och funktionshinderomsorgen rekommenderas ha hygienombud för att kunna arbeta effektivt med vårdhygieniska frågor.

### **Uppdragsbeskrivning för hygienombud i kommunal vård och omsorg**

- Vara uppdaterad och väl insatt i de hygienrutiner som finns för verksamheten
- Vara den egna arbetsplatsens kontaktperson och länk mellan områdeschef och sjuksköterska, samt övriga medarbetare gällande information, rutiner och förbättringsarbeten inom området vårdhygien
- Arbeta aktivt med vårdhygieniska frågor på sin arbetsplats
- Väcka intresse, entusiasmera och stimulera sina arbetskamrater till att arbeta vårdhygieniskt rätt i alla situationer
- Vara en god förebild i det vårdhygieniska arbetet, agera som mentor för ny personal och bistå med sin ökade kunskap i arbetsgruppen
- Förmedla ny kunskap till sina kollegor och ansvara för att ge information om rutiner och nyheter inom hygienområdet på APT
- Utföra följsamhetsmätningar månadsvis och registrera dessa, samt delge resultatet till områdeschef och personal regelbundet
- Delta i utbildning årligen, som hålls av hygiensjuksköterska
- Vara ett stöd till ansvarig områdeschef genom att delta vid vårdhygienisk rond på den egna arbetsplatsen och i egenkontroller tillsammans med områdeschef för att säkra att arbetet utförs på ett vårdhygieniskt rätt sätt

## Klädregler

Arbetskläder består av överdel och byxa, klänning kan förekomma. Ärmen ska sluta ovanför armbågen. Den korta ärmen är en förutsättning för god handhygien. En lång ärm kan föra smittämnen mellan patienter.

Rutin för var arbetskläderna förvaras, var ombyte sker samt var och hur arbetskläderna tvättas tas fram av respektive områdeschef.

### **Arbetskläder:**

- Tillhandahålls av arbetsgivaren
- Används endast på arbetsplatsen Om arbetet bedrivs på flera olika platser får arbetskläderna bäras vid färd mellan dessa platser, under ytterplagget
- Byts dagligen samt alltid om de förorenats
- Tvättas vid minst 60° C
- Hanteras och förvaras så att dess renhetsgrad behålls efter tvätt

Kortärmad ren tröja får användas under arbetsdräkten.

Om någon verksamhet gör undantag från ovanstående punkter ska det dokumenteras och förankras hos funktionschefen.

## Händer

För att skapa förutsättning för en fullgod handhygien krävs:

- Kortklippta naglar
- Naglar fria från nagellack, nageldekorationer eller andra konstgjorda material
- Händer och underarmar som är fria från plåster och stödskenor eller liknande

Använd handkräm i samband med längre rast eller efter arbetspassets slut för att förebygga torra och nariga händer. Hel hud är ditt bästa skydd mot smittämnen.

## Smycken

Ringar, armband eller armbandsklocka får inte användas, liksom piercing på händer och underarmar. De samlar mikroorganismer och hindrar en god handhygien. Halsband eller andra smycken som används får inte hänga ned i arbetsfältet.

Smycken i piercage hål utgör en smittkälla om hålet är infekterat. Vid infektion kontakta din chef. Vid hantering av livsmedel gäller livsmedelslagstiftningen.

## Hår

Långt hår och skägg ska fästas upp så det inte hänger ned i arbetsfältet. Om huvudduk används ska den fästas så den inte lossnar, nedhängande delar ska vara instoppade under arbetsdräkten. Den ska bytas dagligen.

## Skoskydd

Skoskydd ger ingen vårdhygienisk vinning för personal, men kan inom ordinärt boende användas av andra orsaker. Dessa är engångs och ska kasseras efter användandet.

Desinfektera händerna i direkt anslutning till att du tagit på och tagit av skoskydden.

## Basala hygienrutiner

Basala hygienrutiner ska tillämpas av all personal som utför vård och omsorgsmoment, överallt där vård och omsorg bedrivs. Detta oberoende av vårdgivare och vårdform och om det finns känd smitta eller inte. Detta baseras på Socialstyrelsens bindande föreskrift SOSFS 2015:10 Basal hygien i vård och omsorg (M och S). Syftet med basala hygienrutiner är att förhindra smittöverföring.

I basala hygienrutiner ingår:

- Handhygien, d.v.s. alltid handdesinfektion och ibland också handtvätt
- Handskar
- Skyddskläder
- Ibland stänkskydd – visir, eller skyddsglasögon och munskydd eller andningsskydd

## Handhygien

Kontaktsmitta via händer är den vanligaste smittvägen inom all vård och omsorg. Därför är god handhygien vårt enklaste, billigaste och mest effektiva sätt att förebygga smittspridning.

### Handdesinfektion

Desinfektera händerna med ett alkoholbaserat handdesinfektionsmedel som är godkänt enligt SS-EN 1500. Handdesinfektion utförs för att avdöda mikroorganismer och därmed bryta smittvägen. Handdesinfektionsmedlet är återfettande och förhindrar att huden torkar ut.

#### *Utför handdesinfektion:*

- före och efter alla vård- och omsorgsmoment, även då du ska använda handskar.
- före rent arbete och efter orent/smutsigt arbete.

Gör så här:

- Kupa handen och fyll den med handdesinfektionsmedel, ca 2-4 ml.
- Gnid in medlet över hela händerna, den mekaniska bearbetningen är viktig.
- Börja med handflatorna, handryggarna, fingertopparna, runt alla fingrar och i tumgreppen. Avsluta med handlederna och en bit upp på underarmarna om behov föreligger.
- Fortsätt gnida tills huden åter känns torr.

[Bild på hur du utför handdesinfektion](#)

### Handtvätt

Tvätta händerna med flytande tvål och vatten

- om händerna är synligt smutsiga eller känns kladdiga
- efter kontakt med patient som har kräkningar eller diarré
- om händerna blivit nedsmutsade med kroppsvätskor

Torka händerna torra med engångspapper och avsluta med handdesinfektion. Då medel för handdesinfektion inte har fullgod effekt på vissa tarmvirus och sporer, som kan ge magsjuka, krävs handtvätt med tvål och vatten, efter kontakt med vård- och omsorgstagare med diarré och kräkning.

### Handskar

Använd handskar vid kontakt med eller risk för kontakt med urin, avföring, kräkning, blod och sekret, samt vid smutsigt arbete. Handskarna minskar nedsmutsningen av personalens händer, så att handdesinfektionsmedlet kan ha fullgod effekt. Handskar utgör ett mekaniskt skydd vid stickskada.

Handskas rätt med handskar:

- Desinfektera alltid händerna före du tar fram handskar

- Berör inte omväxlande smutsigt och rent. Byt handskar mellan olika vård- och omsorgsmoment, även hos samma patient. Sprita ej handskar!
- Tänk på att handskar blir förorenade vid vård och omsorgarbete och sprider smitta på samma sätt som en smutsig hand.
- Byt handskar mellan varje patient.
- Kasta handskarna direkt efter användning.
- Desinfektera händerna efter att du tagit av dig handskarna.

Utsätt inte händerna för handskar längre tid eller oftare än nödvändigt, eftersom huden luckras upp under en tät handske och medför ökad risk för hudbesvär.

### **Val av handskar**

Välj rätt handske för det arbetsmoment som utförs. Handsken ska ha rätt storlek för att passa handen. Plasthandskar kan användas för korta arbetsmoment, t.ex. hantering av smutstvätt, byte av urinuppsamlingspåse. Undersökningshandskar av vinyl/nitril rekommenderas till vård- och omsorgsmoment som t.ex:

- Injektioner
- Blodprovstagning
- Såromläggning
- Hjälp med nedre toalett
- Byte av inkontinenshjälpmedel
- Sugning av luftvägar
- Vid hantering av kemiska medel

Handskar av Nitril ger ett bättre skydd vid hantering av cytostatika och kemiska medel. Nitril har också hög motståndskraft mot punktioner eller revor och ger en tydlig indikation om detta trots allt skulle uppstå.

### **Plastförkläde**

Plastförkläde ska användas vid de vård- och omsorgsmoment där det finns risk för att arbetskläderna kan förorenas genom direktkontakt med en helt eller delvis avklädd person, dennes kroppsvätskor eller annat biologiskt material (t ex hud och hudfragment). Plastförkläde används i syfte att minska risken för överföring av smitta i vård- och omsorgarbete.

Exempel på vård- och omsorgsmoment där plastförkläde ska användas:

- Hjälp med personlig hygien och på- och avklädning
- Bäddning
- Hantering av smutstvätt
- Byte av inkontinenshjälpmedel
- Sugning av luftvägar
- Omläggning av sår

Plastförklädet är engångs och slängs efter användning.



Långärmade plastförkläden ska finnas att tillgå vid specifika situationer, t.ex. vid vård- och omsorg av person med skabb eller vinterkräksjuka.

## Stänkskydd

Använd visir alternativt skyddsglasögon i kombination med munskydd vid vård- och omsorgsarbete som medför risk för stänk av kroppsvätskor mot ansiktet. Munskydd är engångs och slängs efter användning. Desinfektera händerna efter du tagit av munskyddet. [Hantering av munskydd, praktisk anvisning för personal](#)

Stänkskydd bör användas vid sugning av luftvägar.

## Andningsskydd

Andningsskydd ska inte förväxlas med munskydd. Andningsskydd är avsedda att hindra små luftburna partiklar från att dras ned i luftvägarna och används vid nära kontakt med patient där det föreligger stor risk för luftburen smitta, som t ex öppen, obehandlad lungtuberkulos.

## Tvätt hantering

Vid hantering av smutstvätt ska engångsförkläde användas. Vid behov används även engångshandskar. Handdesinfektion görs alltid efter avslutat arbete med smutstvätt och före hantering av ren tvätt.

### Tvätt

Smutstvätt förvaras helst i tvättkorg i patientens toaletterum. Lägg smutstvätten direkt i tvättkorg eller tvättsäck, aldrig på golvet.

Tvätt från flera patienter kan blandas om den tvättas i minst 60° C.

### Tvätt av personalens arbetskläder

Arbetskläder ska tvättas i minst 60° C. Torkas i torkskåp eller torkstumlare i så hög temperatur som möjligt.

## Punktdesinfektion

Punktdesinfektion innebär att genast torka upp spill av kroppsvätskor. Rengör och desinfektera den förorenade ytan med alkoholbaserat desinfektionsmedel med rengörande effekt. Den som är närvarande då spill inträffar är också ansvarig för att spill tas om hand på rätt sätt.

### Tillvägagångssätt vid punktdesinfektion:

Använd alltid handskar vid punktdesinfektion för att skydda händerna dels mot grov nedsmutsning och dels mot kemiska medel.

Torka upp spill med torkpapper som läggs direkt i plastpåse. Ta nytt torkpapper och lägg det på den förorenade ytan. Fukta papperet med alkoholbaserat desinfektionsmedel med rengörande effekt. Den förorenade ytan bearbetas mekaniskt. Lägg torkpapper och

handskar i plastpåsen. Tillslut påsen och lägg den i konventionellt avfall. Gör därefter noggrann handdesinfektion.

#### **Tillvägagångssätt vid punktstädning:**

Vid annat spill, t.ex. av saft eller kaffe, sker städning enligt normala rutiner med rengöringsmedel och vatten.

## **Rengöring av instrument**

### **Spoldesinfektor**

Spoldesinfektor är avsedd för att hålla ut vätskor i och rengöring samt desinfektion av urinflaskor, bäcken och handfat. Den är inte godkänd för rengöring av instrument.

### **Diskdesinfektor**

En diskdesinfektor tillåter inte utslag av vätskor. Den är avsedd för rengöring och desinfektion av instrument, handfat, skålar etc. Rörformigt material, t ex sårprutor, fästs så att det diskas stående. En diskdesinfektor kan också användas för desinfektion av tömda/manuellt avsköljda bäcken. Urinflaskor kan vara svårt att köra, använd ev engångsalternativ.

### **Kontroll apparatur**

Apparatur avsedd för värmedesinfektion ska regelbundet (minst en gång per år samt vid behov) kontrolleras avseende rengörings- och desinfektionsförmåga. Ansvarig för det är områdeschefen.

## **Omhändertagande av använt flergångsmaterial (i första hand instrument) efter vård/undersökning/behandling**

### ***Ordinärt boende***

Rengör noggrant under vattenyta med instrumentdiskmedel och vatten och separat diskborste. Skölj godset och torka torrt med engångshandduk. Godset torkas därefter med alkoholbaserat desinfektionsmedel avsett för instrument under en minut eller lägg ner föremålet i lösningen en minut och låt sedan lufttorka. Det går också bra att låta det diskade och sköljda godset koka under lock i tre minuter. Låt sedan godset lufttorka eller torka torrt med engångshandduk.

### ***Särskilt boende***

Finns diskdesinfektor använd den, om inte, rengör noggrant under vattenyta med instrumentdiskmedel och vatten. Skölj godset och torka torrt med engångshandduk. Godset torkas därefter flödigt med alkoholbaserat desinfektionsmedel avsett för instrument under en minut eller lägg ner föremålet i lösningen en minut och låt sedan lufttorka. Det går också bra att låta det diskade och sköljda godset koka under lock i tre minuter. Låt sedan godset lufttorka eller torka torrt med engångshandduk. Använd diskborste rengörs och desinfekteras (i spoldesinfektor eller genom att kokas i vatten).

## **Utbildning i basala hygienrutiner och klädregler**

All vård- och omsorgspersonal ska ha för verksamheten relevant kunskap i vårdhygien. Genomgång av basala hygienrutiner och klädregler ska ingå i enhetens introduktionsprogram för all ny personal och därefter regelbundet varje år. På Smittskydd Vårdhygiens hemsida finns tillgång till en e- utbildning om basal hygien i kommunal vård och omsorg.

## **Livsmedelshygien i avdelningskök**

### **Personalhygienska åtgärder vid livsmedelshantering**

- tvätta och desinfektera händerna före livsmedelshantering
- förkläden speciellt för köksarbete ska alltid användas i avdelningsköken
- vid symtom som diarré, kräkning och hudinfektioner på händerna är det inte tillåtet att arbeta med oförpackade livsmedel
- ringar och klockor får inte användas i avdelningskök
- hålla naglar kortklippta, rena och fria från nagellack
- långt hår skall vara uppsatt
- eftersträva så att så få som möjligt hanterat maten

*För övrigt se "Egenkontroll i avdelningskök" som kostchef Lena Ottosson tagit fram.*