

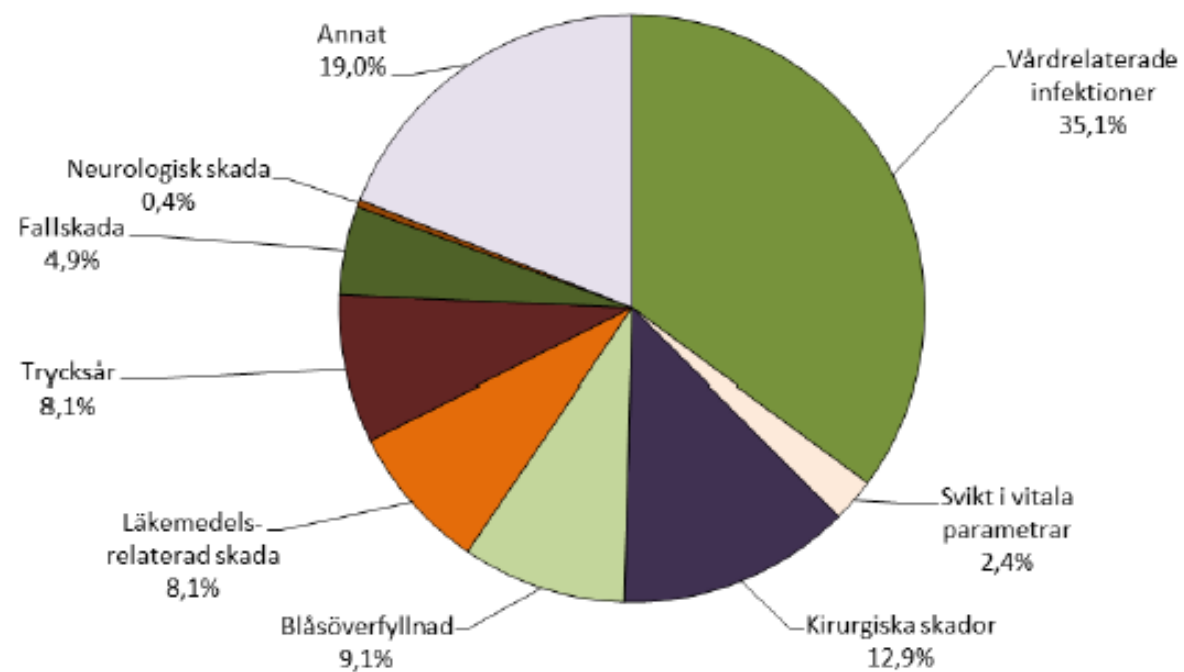
Basal hygien



Vårdrelaterade infektioner, en vårdskada

Diagram 5

Skadornas fördelning i olika skadetyper.



Vårdrelaterade infektioner

1. Urinvägsinfektioner
2. Blodförgiftning på grund av centrala infarter
3. Postoperativa sårinfektioner
4. Lunginflammationer på grund av respiratorvård
5. Smittor (vinterkräksjuka, resistenta bakterier, clostridier, influensa)

Alla har bakterier!

Bakterier är nödvändiga!

Ibland blir man sjuk.

För vem är risken störst?

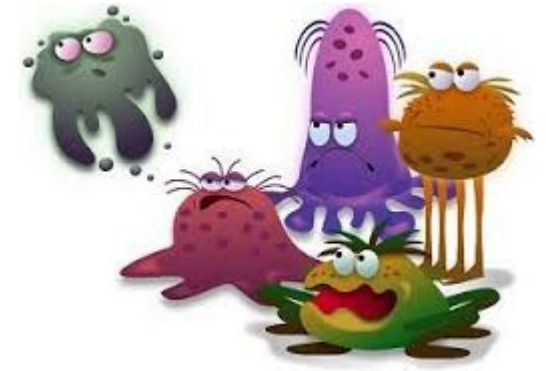
(exempelvis äldre personer, multisjuka, nedsatt immunförsvar, antibiotikabehandling)



Smittspridningsvägar

- **Direkt kontaktsmitta-** från en person till en annan via kontakt
- **Indirekt kontaktsmitta-** via personalens händer, kläder, föremål och ytor
- **Droppsmitta-** exempelvis hosta. Droppar lägger sig på ytor.
- **Luftburen smitta-** exempelvis vattkoppor, öppen lungtuberkulos
- **Blodsmitta-** hepatit B, hepatit C, HIV. Smittat blod in i en annan persons blodbana.
- **Tarmsmitta fekal-oral smittväg** (från tarm till mun)- exempelvis magsjuka.

Resistenta bakterier

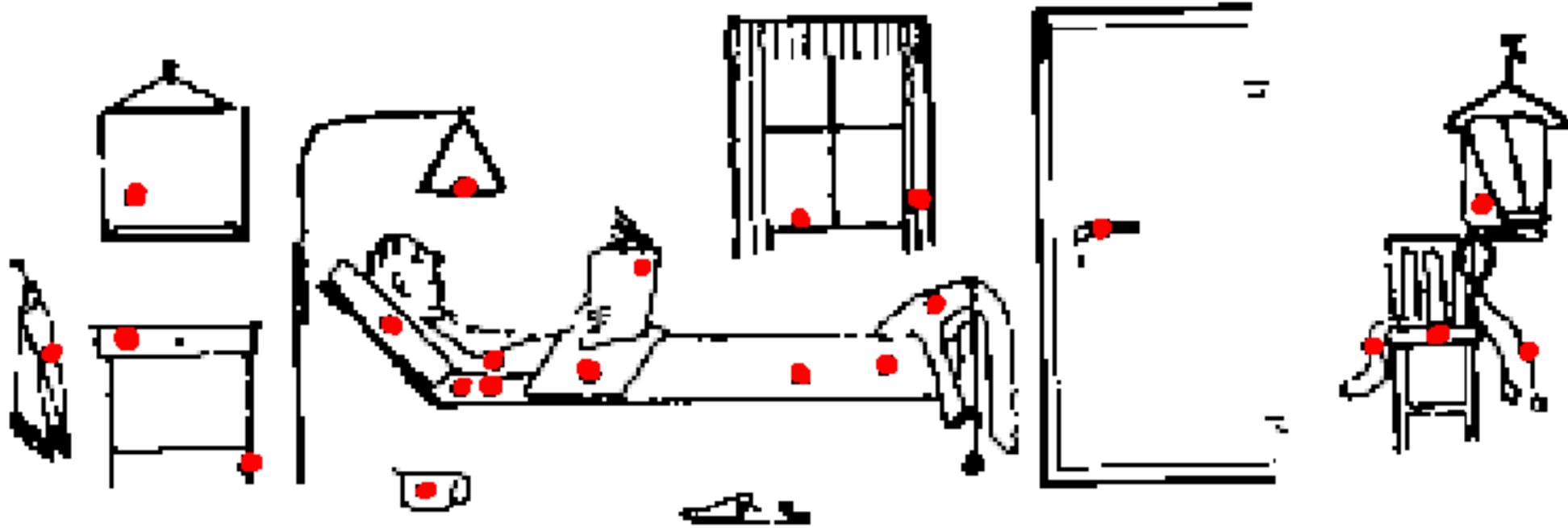


Bakterier som utvecklat motståndskraft mot antibiotika.

Dessa orsakar ökad sjuklighet och ökad dödlighet på grund av infektioner som är svåra att behandla.

- **MRSA**- Meticillinresistent staphylococcus aureus- hudbakterie, orsakar ofta sårinfektioner
- **VRE**- Vancomycinresistenta enterockocker- tarmbakterie. Fäster på ytor- svåra att städa bort.
- **ESBL**- Extended spectrum Beta-laktamas- enzym i tarmbakterier, orsakar ofta urinvägsinfektioner

Bakterier finns på "tagställen"



Bakterier är överlevare

Bakterier kan överleva på ytor och föremål i flera månader om man inte städar bort dem.



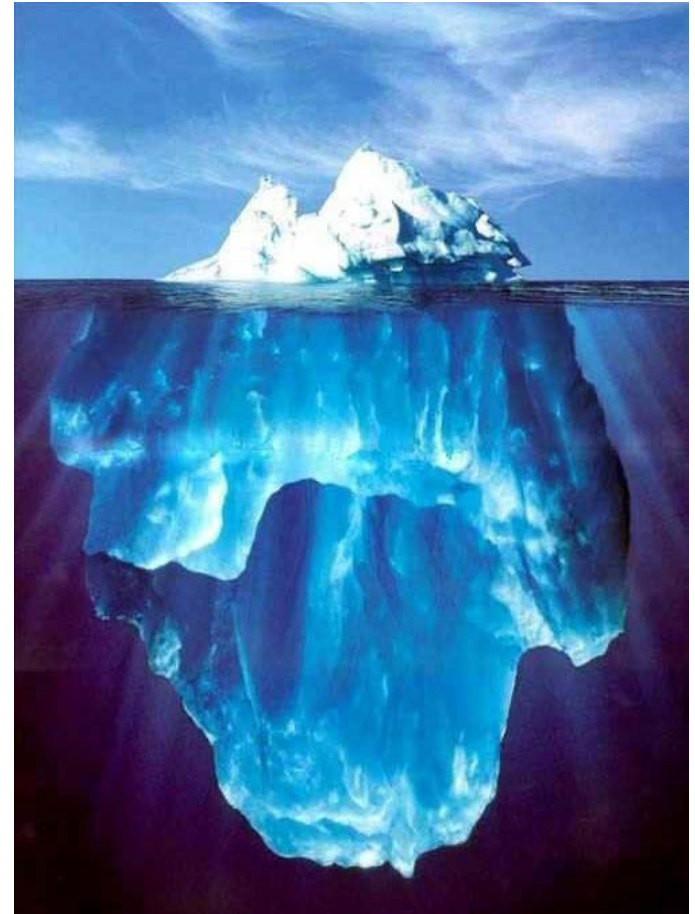
Illustration: Don Smith

Vi får veta efteråt ...därför måste vi tänka före

Alla är tänkbart smittade,
man kan vara bärare utan symtom...

Alla är tänkbart mottagliga.

Enkla rutiner för ALLA personalkategorier



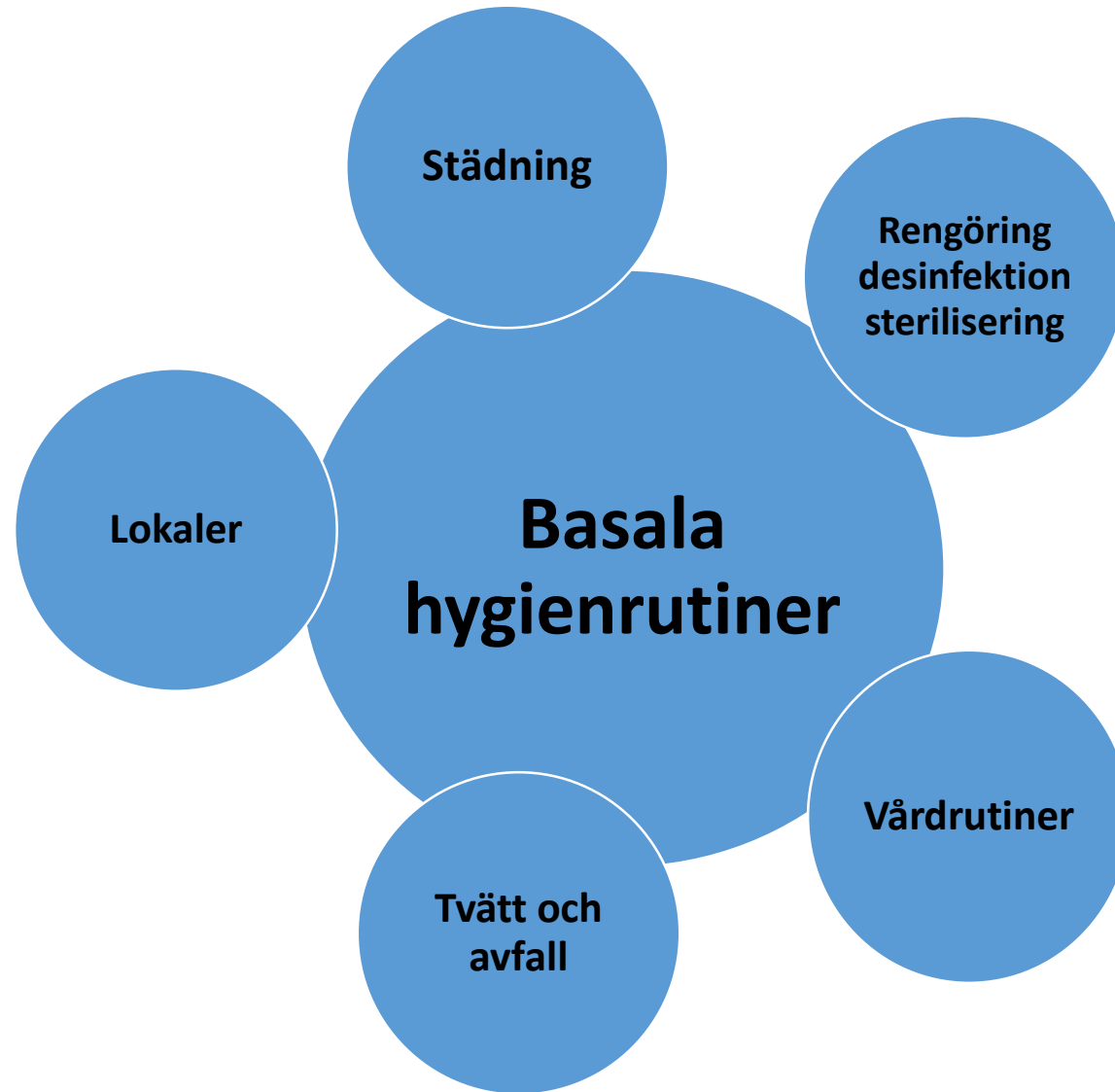
Bakterier och virus sprids på många olika sätt.

Man behöver göra flera saker för att undvika smittspridning.



Så vad behöver vi göra?

Bryt smittvägarna!



Basal hygien i vård och omsorg

Syftet är att förhindra smitta

- från vårdtagare till personal och från personal till vårdtagare (direkt kontaktsmitta).
- mellan vårdtagare, via personalens händer och kläder (indirekt kontaktsmitta).

Handhygien

- **Handdesinfektion** före vårdtagarkontakt, före handskanvändning samt före rent arbete.
- Desinfektera händerna efter vårdtagarkontakt, efter smutsigt arbete samt efter användning av handskar.
- **Handtvätt** med flytande tvål och vatten när händerna är synligt smutsiga eller om de känns smutsiga samt vid magsjuka och clostridium difficile.
- Handtvätt innan hantering av livsmedel och efter toalettbesök.
- Torka händerna innan handdesinfektion.



Förutsättningar för god handhygien

- ✓ Kortärmad arbetsdräkt
- ✓ Kortklippta naglar fria från nagellack och annat konstgjort material
- ✓ Händer och underarmar ska vara fria från:



- Klockor, armband
- Ringar
- Stödskenor och förband



Så desinfekterar du händerna



Ta 2-4 ml hand-desinfektionsmedel.



Fördela över händerna.



Bearbeta mellan fingrarna.



Gnid in handryggarna.



Koppla ihop fingrarna och gnugga dem.



Greppa tummen och rotera ner i tumvecket.



Rotera fingertopparna i handflatan.



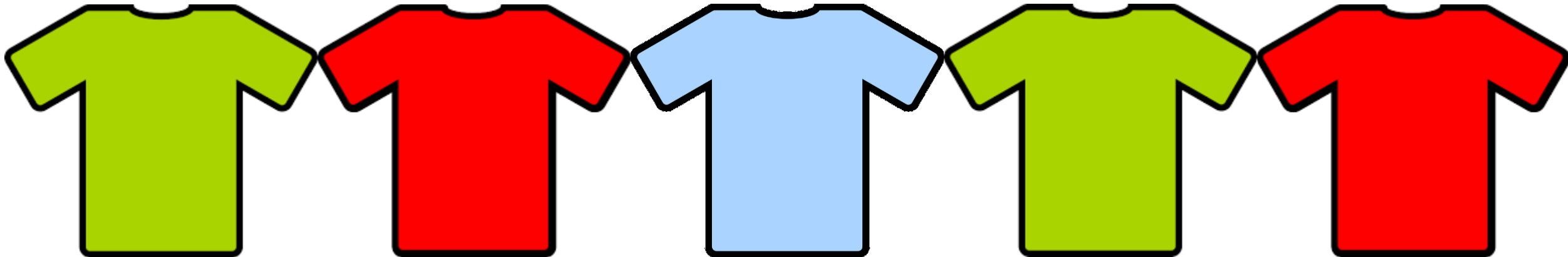
Avsluta med roterande rörelser på underarmarna.

Rena händer räddar liv.

Gör likadant på båda händerna. Gnid till dess att händerna är torra, cirka 20–30 sekunder.

Arbetsdräkten

- Kort ärm
- Ska endast användas på arbetet
- Arbetskläder byts dagligen, oftare vid behov.
- Blanda inte privata kläder och arbetskläder
- Tvättas på tvätteri eller på arbetsplatsen, minst 60 grader.



Hår och skägg

- Långt hår och skägg ska fästas upp, så att det inte hänger ner i arbetsfältet.
- Huvudduk ska fästas upp och stoppas in under kläder för att undvika att den ramlar ner i arbetsområdet. Huvudduken ska bytas och tvättas varje dag.



Skyddsförkläde

- Skyddar arbetskläderna från att bli smutsiga.
- Plastförkläden är engångs och byts mellan varje patient.
- Vid patientnära vårdarbete* där man riskerar att bli våt eller exponeras för kroppsvätskor
- Vid hantering av smutsiga föremål eller smutsig tvätt.
- I kök vid beredning av livsmedel.

* Till patientnära vårdarbete räknas t.ex. öronspolning, undersökning av barn på skötbord eller avklädda patienter hos sjukgymnast, tarm- och gynundersökning, inspektion och behandling av sår, kirurgiska ingrepp eller katetrisering.



Skyddshandskar

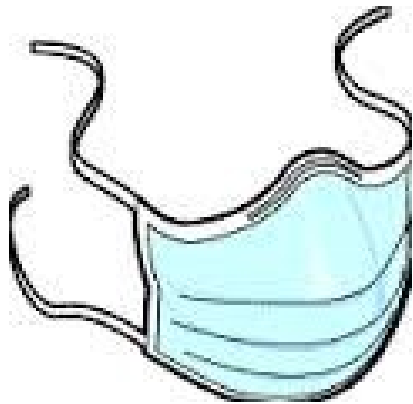
Används vid kontakt med blod och andra kroppsvätskor, i samband med blodprovstagning och injektioner samt vid hantering av kemikalier.

- Tänk på att handskar blir förorenade utanpå och då sprider smitta på samma sätt som en smutsig hand.
- Byt handskar mellan olika vårdmoment hos samma vårdtagare.
- Byt handskar mellan vårdtagare.
- Desinfektera alltid händerna före och efter användande av handskar.
- Använd inte handskar i onödan.



Munskydd och skyddsglasögon/visir

Använd skyddsutrustning för att undvika stänk i mun och ögon.
Exempelvis när man vårdar någon med magsjuka eller influensa (droppsmitta), eller hanterar kemikalier som kan orsaka stänk.



Lokala riktlinjer

Basala hygienrutiner och klädregler för Nära vård och hälsa + privata vårdcentraler

Syftet med basala hygienrutiner och klädregler är att förhindra vårdrelaterade infektioner (VRI) och förhindra direkt och indirekt smittspridning samt att ge ett gott och professionellt intryck. Hygienreglerna gäller samtliga anställda inom Nära vård och hälsa + privata vårdcentraler i Uppsala län oavsett offentlig eller privat vårdgivare.

De basala hygienrutinerna och klädreglerna baseras på föreskrifter avseende

- A. Handhygien
- B. Klädsel
- C. Skyddsutrustning

Ledningens ansvar

Arbetsgivaren har enligt arbetsmiljölagen en skyldighet att både tillhandahålla utrustning och materiel som möjliggör en säker arbetsmiljö och att tillse att utrustning och materiel används på avsett vis och i tillämpliga situationer.

Den anställdes ansvar

Den anställda är enligt lagen skyldig att följa gällande föreskrifter samt använda den personliga skyddsutrustning som krävs.

Den anställda är skyldig att följa Region Uppsalas hygienrutiner och klädregler.

A. Handhygien, smycken och ortoser

Handhygien

Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor/ortoser eller motsvarande. Naglar ska vara korta och fria från konstgjort material såsom nagellack och påbyggda naglar. Handbalsam rekommenderas för att förebygga torra och nariga händer.

Handdesinfektion

Händer och underarmar desinfekteras med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel

- Omedelbart före och efter patientkontakt
- före rent arbete
- efter smutsigt arbete
- före och efter användning av handskar

Handdesinfektionsmedel i originalflaska ska finnas i varje lokal för undersökning, vård och behandling. Handdesinfektionsmedel skall dessutom finnas på toaletter (även allmänna) och i omklädningsrum.

Mer information finns på Vårdhygiens hemsida

<http://www.akademiska.se/sv/Verksamheter/Akademiska-laboratoriet/Klinisk-mikrobiologi-och-varldhygien/Vardhygien/>