

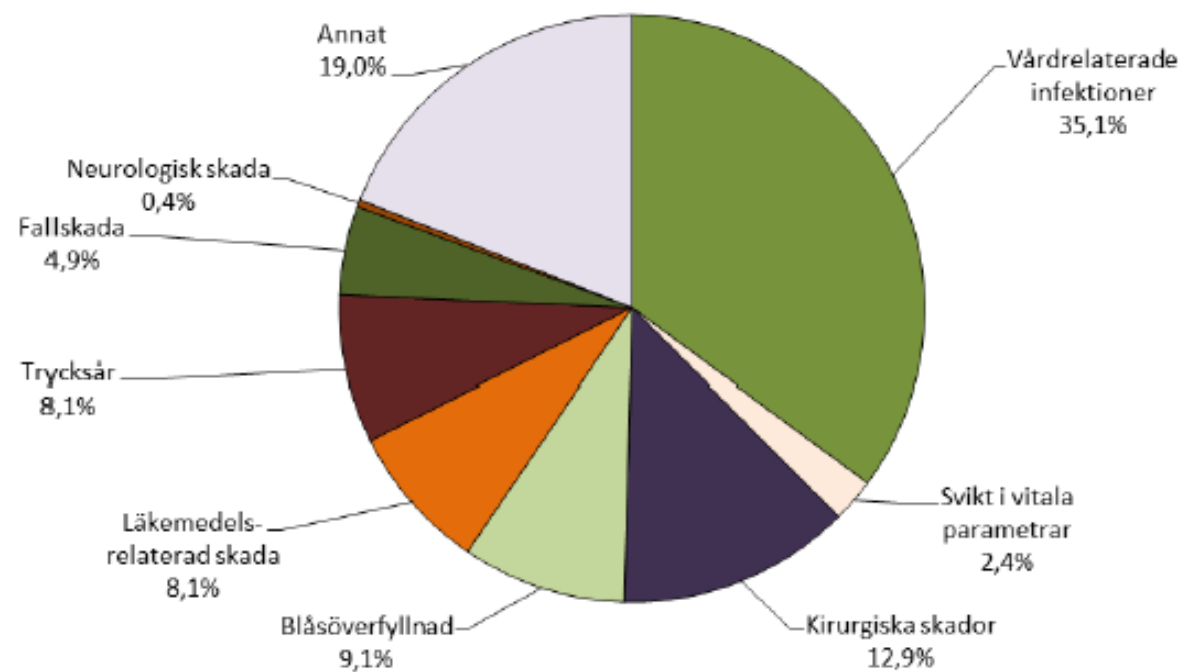
Basala hygienrutiner



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

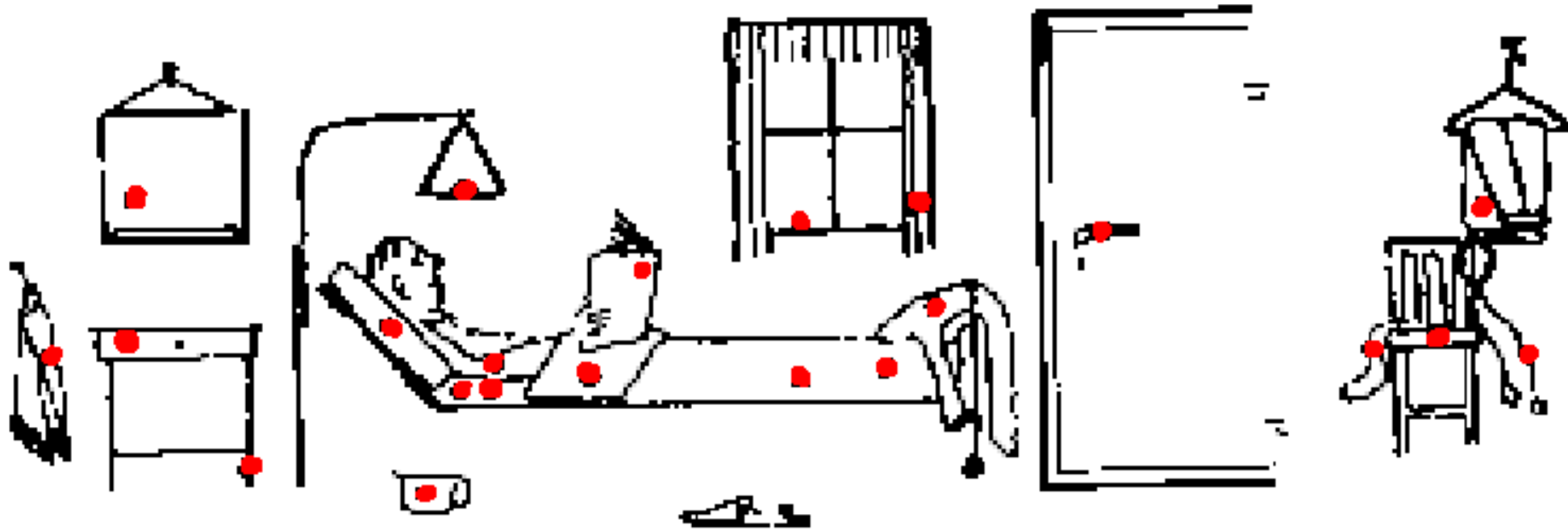


Bakterier som utvecklat motståndskraft mot antibiotika.

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.



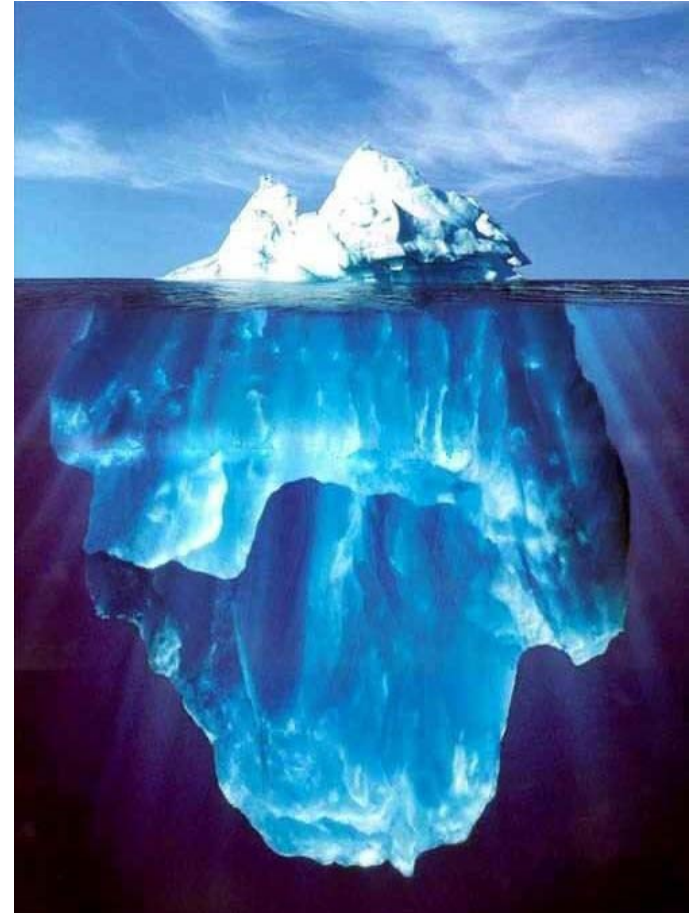
Illustration: Don Smith

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



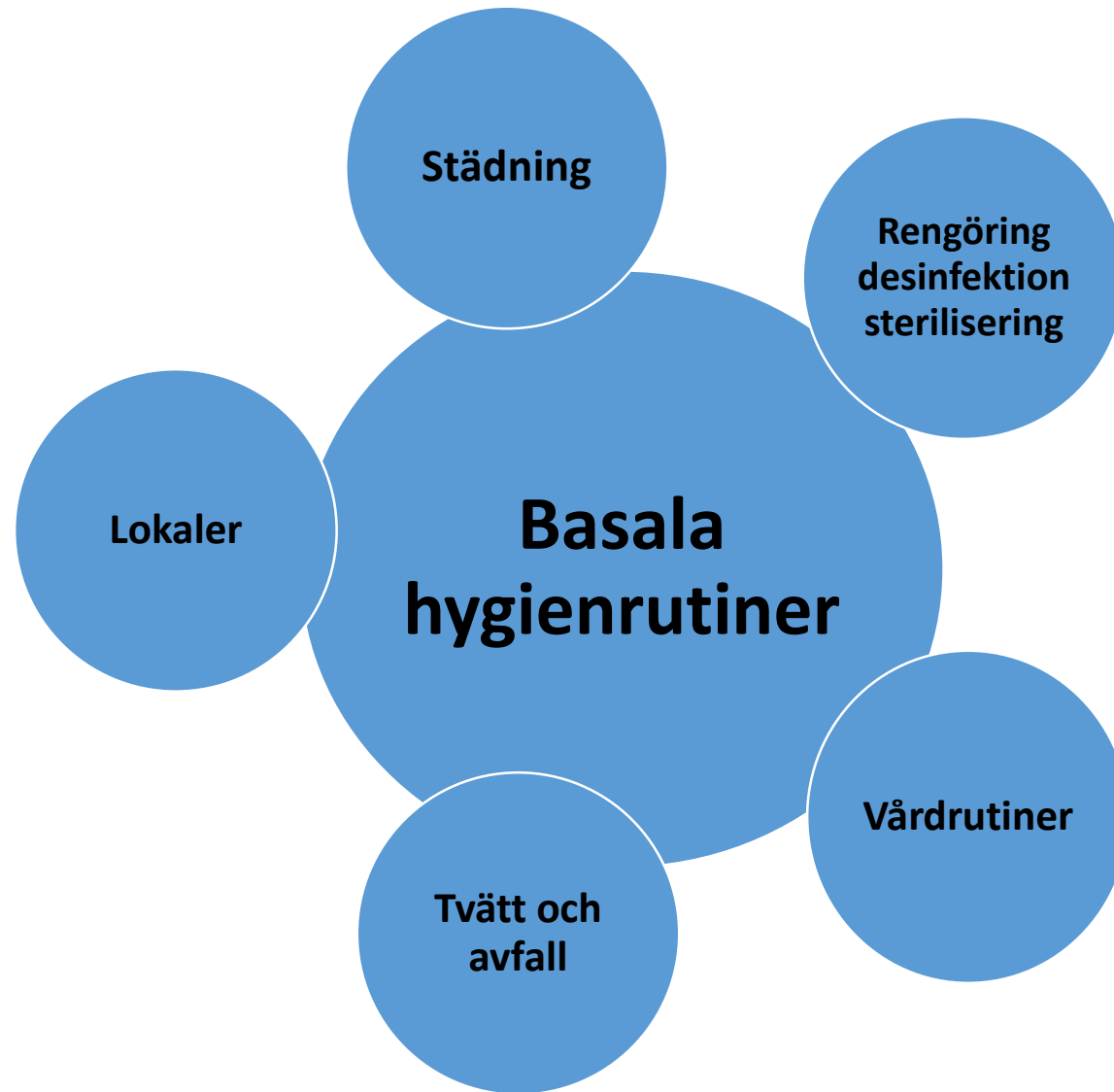
Bakterier och virus sprids på många olika sätt.

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 vårddtagare till personal och från personal till vårddtagare (direkt kontaktsmitta).
- mellan vårddtagare, 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
- Ringer
- Stödsor 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.



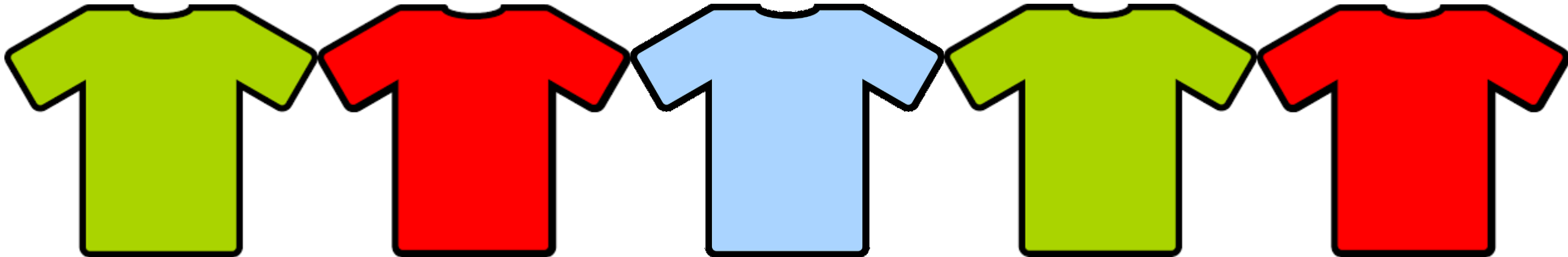
Avsluta med roterande
rörelser på underarmarna.

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

- Plastförkläde av engångstyp
- Skyddar arbetskläderna från att bli smutsiga.
- Vid kontakt med vårdtagare eller vårdtagares säng.
- Vid smutsigt arbete, exempelvis hantering av smutsig tvätt.
- I kök vid beredning av livsmedel.



Skyddshandskar

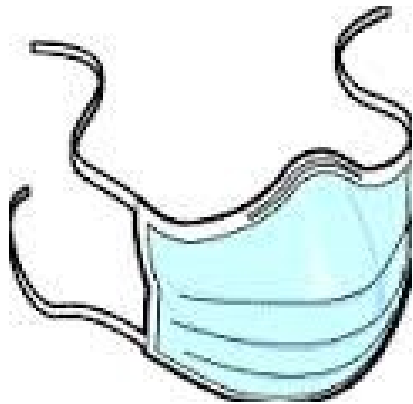
Används vid kontakt med blod och andra kroppsvätskor, samt vid hantering av kemikalier.

- 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.



Hygienrutiner inom kommunal vård och omsorg i Uppsala län

Innehåll

Vårdhygien för kommunal vård och omsorg i Uppsala län	6
1. Att förhindra smittspridning	9
<i>Smittvägar</i>	9
2. Basala hygienrutiner och personlig hygien	11
<i>Handhygien</i>	11
<i>Infekterade sår hos personal</i>	11
<i>Handdesinfektion</i>	11
<i>Handtvätt</i>	12
<i>Handskar</i>	12
<i>Kläder</i>	12
3. Rent – höggradigt rent - sterilt	14
<i>Rent = för ögat synligt rent</i>	14
<i>Sterilt</i>	14
<i>I vårdtagarens hem</i>	16
4. Spol- och diskdesinfektorer	17
<i>Dokumentation/Loggbok</i>	17
<i>Rengörings-/processkontroll</i>	18
<i>Daglig kontroll och underhåll</i>	18
<i>Årlig kontroll</i>	18
<i>Dagligt underhåll av spoldesinfektor</i>	19
<i>Dagligt underhåll av diskdesinfektor</i>	20
<i>När desinfektor saknas</i>	21
<i>Kemisk desinfektion</i>	21
5. Rena rutiner vid sårbehandling	22
6. Tvätt	24
<i>Allmänna tvättrutiner</i>	24
<i>Omhändertagande av ren tvätt</i>	24

Använd er av hygiendokumentet för kommunal vård.



Detta och mer information finns på Vårdhygiens hemsida

<http://www.akademiska.se/sv/Verksamheter/Vardhygien/>

