

**NYA**

# Ringfritt, klockrent och mycket sprit



## Basala hygienrutiner och klädregler i vård och omsorg

**Basala hygienrutiner är den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning, och ska alltid tillämpas i det patientnära omvårdnadsarbetet.**

### Basala hygienrutiner innebär:

- God handhygien
- Ibland handskar
- Skyddskläder

### Handhygien

Smycken på händer och underarmar samlar mikroorganismer och förhindrar god handhygien. Därför ska ringar, armband, klockor, förband, stödskenor eller motsvarande inte användas i det patientnära omvårdnadsarbetet.

Naglarna ska vara kortklippta och utan nagellack. Lös naglar är inte tillåtna.

### Handdesinfektion

Desinfektera alltid händerna före och efter alla omvårdnadsinsatser även om handskar används. Ta rikligt med handdesinfektionsmedel (2-4 ml) i kupad hand och gnid in medlet överallt på händerna och upp på underarmarna. Fortsätt gnida tills huden känns torr.

### Handtvätt

Tvätta händerna med flytande tvål när händerna är eller känns smutsiga samt efter vård av person som kräks eller har diarré. Torka torrt med rent papper. Avsluta med handdesinfektion.

### Handskar och skoskydd

Använd skyddshandskar vid kontakt med urin, avföring, blod, sår och sekret. Desinfektera alltid händerna före påtagning av handskar. Handskarna kastas efter användning och händerna desinfekteras därefter.

Berör inte omväxlande smutsigt och rent även om handskar används. Tänk på att handskarna blir förorenade utanpå och sprider smitta på samma sätt som en smutsig hand. Byt handskar mellan olika vårdmoment hos samma patient samt mellan patienter.

Händerna ska desinfekteras efter att du tagit av eller på skoskydd.

### Skyddskläder

Plastförkläde av engångstyp ska användas i omvårdnadsarbetet vid direktkontakt med patienten eller dennes säng samt hjälp vid personlig hygien och smutsigt arbete. Förklädet kastas i avfallshanteringen hos patienten direkt efter användning.

### Arbetskläder

Bär alltid kortärmad arbetsdräkt i det patientnära omvårdnadsarbetet. Arbetsdräkten byts varje dag, eller oftare om den blivit smutsig eller våt. Tvätt av arbetskläder ska ske enligt rutin på arbetsplatsen i minst 60<sup>0</sup> C.

### Hår

Långt hår och långt skägg ska fästas upp. Huvudduk, byts dagligen och tvättas enligt rutin på arbetsplatsen i 60<sup>0</sup> C. Den ska fästas upp eller stoppas innanför arbetsdräkten.