

Basala hygienrutiner för Folktandvården

Handhygien

Direkt kontaktsmitta via händerna är den vanligaste av alla smittvägar. Därför är god handhygien vårt enklaste, billigaste och mest effektiva sätt att förebygga smittspridning. Detta förutsatt att den utförs på rätt sätt och vid rätt tillfälle. I handhygien ingår förutom händerna även underarmarna.

Handhygien delas in i:

- Handdesinfektion/desinfektion vid vårdarbete, dvs. avlägsna transient (tillfällig) flora.
- Handtvätt: Rengöring av synlig smuts med tvål och vatten.
- Preoperativ/kirurgisk handdesinfektion, dvs. avlägsna transient och delar av resident (bofast) flora.

Handdesinfektion

Tillämpas:

- Direkt före och direkt efter vårdtagarna kontakt
- Före rent arbete, t.ex. läkemedel, sterilt eller desinfekterat material
- Före och efter handskanvändning
- Görs med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel.
- Händerna skall vara torra före handdesinfektionen.
- Applicera två till fyra milliliter handdesinfektionsmedel i handflatan. Ta så stor mängd att det tar en minut för händerna att torka. Massera in spriten på händernas bägge sidor, glöm inte fingerblommor, fingerveck och underarmar, så att hela hudytan täcks.
- Bearbeta huden tills den är torr.
- Handdesinfektionsmedel har visat sig vara skonsamt för händerna tack vare ett återfettande innehåll. Mikroorganismer avdödas och hudpitelet skadas inte.
- Flaskor/behållare med handdesinfektionsmedel ska finnas lätt tillgängliga, lämpligt placerade i behandlingsrum, rengöringsrum, förråd, korridor, toaletter och personalrum.
- Följ det bäst-före datum som står på flaskan.
- Datummärk flaskor som står på ställen där de sällan används för att lättare se när de ska bytas ut.

Handtvätt

Handtvätt utförs som morgonrutin och om händerna är synligt smutsiga.

- Skölj händer och underarmar under rinnande vatten.
- Massera händer och underarmar med flytande tvål.
- Skölj av tvållösningen noggrant.
- Klapptorka med torkpapper tills händerna är riktigt torra.
- Gör därefter handdesinfektion.

Instruktionsvideo finns på Folkhälsa och sjukvård/Vårdstöd/Smittskydd och vårdhygien/Hygien

Preoperativ kirurgisk handdesinfektion

Läs i dokumentet hygienrutiner vid dentoalveolär kirurgi på allmänklinik, under vårdhygieniska riktlinjer vid behandling.

Handskar

Syftet med handskanvändning är att minska förorening av händerna. Handskar ska inte förorenas när de tas på och de utgör inget absolut skydd vid användning.

- Händerna ska alltid desinfekteras med alkoholbaserat desinfektionsmedel innan handskar tas på. Låt desinfektionsmedlet avdunsta.
- Desinfektera händerna efter det att handsken tagits av.
- Handskarna är ett komplement till och inte en ersättning för handhygien. Orena handskar kan jämföras med orena händer vilka kan föra smitta vidare. Handskar kan sprida smitta för att man förlorar känslan av att känna sig ren.
- Handskar byts mellan orent och rent vårdmoment.
- Använda engångshandskar ska kastas efter användning.
- Handskarna ska varken tvättas, desinfekteras eller användas igen. För att kunna arbeta säkert med handskar ska du ha rätt storlek. Val av handske styrs av vilken typ av arbetsuppgift som ska utföras.
- Byt handskar efter handhavande av kemtekniska produkter och spill från tandfyllnadsmaterial (exempelvis bonding). Handskarnas barriäreffekt minskar med användningstid och kemisk påverkan (bonding penetrerar handsken efter 1-2 minuter).
- Handskar byts mellan varje patient.
- Tänk på att handskar kan gå sönder under arbetets gång. Desinfektera i så fall händerna med handdesinfektionsmedel.

En använd skyddshandske = en oren hand.

Munskydd

- Används för att skydda både patienten och personalen.
- Ska vara av IIR kvalitet och skydda mot stänk. I viss mån kan det motverka droppsmitta.
- Ska täcka både mun och näsa.
- Byt munskydd om det blivit genomfuktat.
- Byt efter varje patient.
- Tänk på att inte röra munskyddet under patientarbete.
- Munskydd och andningsskydd är engångsprodukter.

Kombination av munskydd och visir används som ögon- och munskydd vid risk för stänk av kroppsvätskor, för att skydda personalen.

Andningsskydd

- Andningsskydd används vid nära kontakt med vårdtagare där det föreligger stor risk för luftburen smitta.
- Andningsskydd är engångsprodukter.
- Ett andningsskydd ska sluta tätt och det är viktigt att rätt modell provas ut.
- Ett andningsskydd ska läcktestas innan påsättning.
- Skägg och skäggstubb är inte tillåtet under andningsmasken.
- Andningsskydd ska bytas när de blir fuktiga och kastas direkt efter användning. Händerna desinfekteras efteråt.
- Instruktion påtagning och tillpassning:
[ceb3590c-790b-4e06-b095-e85d31ed69dc](https://www.folkhalsomyndigheten.se/rapporter-och-statistik/rapporter-och-statistik-2018/2018-08-28-nytt-andningsskydd-och-andningsmasker-och-utrustning-2018)

Visir/skyddsglasögon

- Ska alltid användas vid patientarbete där risk för stänk finns.
- Desinfektera visir och glasögon med ytdesinfektionsmedel efter användning.
- Används i rengöringsrum när risk för stänk eller splitter föreligger.
- När det gäller luftvägsinfektioner så skyddar visir mot att bäraren får en dusch direkt i ansiktet (och därmed exponerade slemhinnor) från en nysande eller hostande patient, men skyddet mot aerosolpartiklar som man kan andas in är ineffektivt

Hörselskydd

- Använd hörselskydd vid arbete med höga ljud eller ultraljudsvågor.
- Rengör med desinfektionsmedel efter användning vid patientnära arbete.

Engångsplastförkläde

Arbetskläderna blir lätt nedsmutsade. För att minska risken att överföra smitta mellan vårdtagare och vårdgivare kan skyddsförkläde användas vid patientnära arbete.

- Engångsplastförkläde skall användas vid risk för skvätt och stänk av kroppsvätskor (tex blod eller sekret från vävnad).
- Varje gång förkläde tas av eller på sprids bakterier i luften, vilket kan ge en indirekt luftburen smittas. Förklädet tas därför av kontrollerat, utan att svepa runt med det.
- Engångsförklädet får inte lämna behandlingsrummet och ska kastas direkt efter användning.

Korrekt på- och avklädning av skyddsutrustning

Korrekt påklädning:

- Sprita händerna
- Ta på förkläde
- Ta på munskydd
- Ta på visir eller skyddsglasögon

- Sprita händerna
- Ta på handskar

Korrekt avklädning

- Ta av handskar först
- Ta av förkläde.
- Sprita händerna
- Ta av visir och munskydd
- Sprita händerna

Ytdesinfektion

Desinfektionsmedel som används till ytor ska innehålla tensid som tillför en rengörande effekt. Vid ytdesinfektion ska ytan alltid bearbetas mekaniskt med desinfektionsmedlet, efter detta ökar desinfektionseffekten.

En öppnad flaska med ytdesinfektion håller till det datum som står tryckt på flaskan under förutsättning att korken hålls stängd mellan användningarna, att den förvaras i normal rumstemperatur och i originalemballage. Står flaskan öppen länge under dagen gäller 12 månader som max-gräns för en flaska ytdesinfektion. Datummärk flaskor vid behov.

Punktdesinfektion

Vid spill av kroppsvätskor krävs att punktdesinfektion utförs. Punktdesinfektion innebär att genast torka upp misstänkt smittsamt spill. Rengör och desinfektera den förorenade ytan med alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel 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. Detta för att skydda händerna mot grov nedsmutsning och 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 ytdesinfektionsmedel.
- Den förorenade ytan bearbetas mekaniskt.
- Lägg torkpapper och handskar i plastpåsen.
- Tillslut påsen och lägg den i hushållsavfall/brännbart.
- Gör därefter noggrann handdesinfektion.

I samband med att ytdesinfektionsmedlet avdunstar har det en avkylande och uttorkande effekt. Man bör därför inte hålla rengöringsmedlet på handen utan direkt på torkpapperet liggande på ytan/utrustningen som ska rengöras och desinfekteras.

Punktstädning

Tillvägagångssätt vid punktstädning:

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

Vid magsjuka dör inte bakterierna utan ytan behöver bearbetas med virkon för att få rent.

Arbetskläder

- Arbetskläder ska endast användas inom arbetsplatsen.
- Får inte kombineras med privata kläder, med undantag för underkläder, strumpor, huvudduk, och en kortärmad ren tröja under arbetsdräkten.
- Förvaring av arbetskläder ska ske i stängt skåp och inte i omklädnings-skåp tillsammans med privata kläder. Handsprit ska finnas vid skåpet.
- Kläderna ska vara kortärmade vid patientnära arbete samt vid arbete i rengöringsrum. Patientnära arbete innebär all undersökning och behandling av patient.
- Långärmad personalblus är inte tillåten inom tandvårdsarbete, inte heller egna långärmade kläder under personalblusen.
- Arbetskläderna byts dagligen och alltid om de förorenats av kroppsvätskor eller blivit blöta.
- Värmekoftor, västar och långärmad rock får endast användas utanför behandlingsrum och rengöringsrum.
- Smutstvätt läggs av personalen direkt i tvättsäckar.
- Smutstvätt ska under förvaringen på kliniken samlas på ett ställe.
- Transport av rena arbetskläder till annan klinik ska ske i ren plastpåse. Kläderna kan läggas i den besökta klinikkens tvättsäck för vidarebefordran till tvätt.
- Om arbetskläder mot förmodan inte tvättas på certifierad tvättinrättning, ska dessa tvättas i program som håller 60 grader i minst 15 minuter.
- Arbetskläder får aldrig tas med hem och tvättas med den personliga tvätten.

Huvudduk

- Användning av huvudduk jämförs med det egna håret. Det innebär att tvätt ska ske regelbundet och snibbar skall stoppas in under arbetsdräkten för att inte hänga ned i arbetsfältet.
- Så kallad väpnarhuva eller operations mössa kan också användas.
- Ska bytas dagligen.

Personlig hygien

Hår, tatuering/piercing, smycken och naglar

Personal ska vara noggrann med den personliga hygien.

- Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, plåster, bandage, förband, stödskenor eller motsvarande. Detta samlar bakterier och omöjliggör en korrekt rengöring och desinfektion av händer och underarmar.
- Naglar skall vara kortklippta, fria från nagellack och konstgjort material som till exempel nagelförlängningar. Långa naglar riskerar att åstadkomma hål i handskar. Både nagellack och limskarvar blir säte för rikliga mängder av bakterier.



- Använd handkräm för att förebygga nariga och torra händer. Såriga händer utgör en hygienrisk vid patientnära arbete.
- Om du har ett infekterat sår, nagelbandsinfektion, handeksem eller psoriasis på händer eller underarmar ska du alltid rapportera det till närmaste chef som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas.
- Örhängen och andra smycken i läkta, piercade hål kan användas om de inte hänger ner i arbetsområdet. Läkt piercat hål, oavsett var det sitter, utgör ingen påvisad smittrisk. Om hålet är infekterat kan smitta spridas vidare via medarbetares händer. Inför patientnära arbete måste tatueringar på händer och underarmar vara läkta.
- Hår och skägg ska fästas upp så att det inte hänger och faller ner i arbetsområdet.
- Tänk på att det är besvärande för patienter och arbetskamrater om det luktar rök, svett, parfym, rakvatten eller liknande.