

”Lätt att göra rätt” - Basala hygienrutiner och klädregler

– för kommunal hälso- och sjukvårdspersonal (exklusivt rehabiliteringspersonal)

Fundera på och ta ställning till påståendet. Hur brukar Du vanligtvis göra?	Alltid	Aldrig	Beror på situationen	FACIT- stöd i ert resonemang
Jag bär klocka på underarmen när jag arbetar med vårdtagare		X		Klocka eller andra smycken på händer och underarmar är stora bakteriehärdar. På och under ringar, armband och klockor växer en stor mängd bakterier, som kan föras vidare till fel ställe hos vårdtagaren ex till ett sår, till andra vårdtagare, men också tas med hem och medföra en risk för smitta till din familj. Handsprit kommer inte åt under ringen, klockan eller armbandet och förhindrar en fullgod handhygien och innebär stor risk för smittspridning och vårdrelaterade infektioner då de bärs i vård- och omsorgsarbete.
Jag byter om till/från arbetskläder på jobbet	X			Klokt! Varje dag ska du använda nya rena arbetskläder som du bara bär i ditt arbete. Blir kläderna smutsiga eller blöta ska du kunna byta så snart som möjligt. Den som bedriver verksamheten ska se till att det finns rutiner som möjliggör att ovan kan genomföras. Omklädning till arbetskläder på annan plats än i avsett utrymme, bidrar till smittrisk till vårdtagare, kollegor, dig själv, eller till din familj.
Jag säger till kollegor när jag ser att de inte följer basala hygienrutiner och klädregler	X		(X)	Skulle vilja att vi har ett så gott klimat på vår arbetsplats och att vi alla ser det som en möjlighet att stödja varandra till ökad medvetenhet och chans till ett ändrat beteende för att göra det bästa för Esther och sina kollegor. Tillsammans har vi ett ansvar att se till att vårdtagaren ges en trygg och säker vård och omsorg av god kvalitet och att vår arbetsmiljö är bra. Direkt feedback är bäst. I annat fall så lyft gärna olika situationer som Du ser i verksamheten

				på APT, utgå då från era observationer av BHK och ert resultat.
Jag spritar händerna före handskanvändning	X			Händerna ska desinfekteras innan du tar handskar från en förpackning för att undvika att smutsa ner handskarnas utsida med det som du bär på dina händer. Det finns stor risk för att handskar även längre ner i förpackningen smutsas ner om inte händerna är nyspridade. Handskar ska vara en ren produkt!
Jag tvättar händerna med tvål och vatten hos vårdtagare i hans lägenhet/rum när jag blivit smutsig eller vårdtagaren kräcks eller haft diarré	X			Toppen! Är händerna synligt smutsiga eller känns klabbiga, eller om vårdtagaren har diarré eller kräcks av någon anledning så SKA händerna tvättas. Något att tänka på alltid eftersom det finns vissa bakterier och virus där handsprit inte har effekt, utan behöver mekaniskt gnuggas och sköljas bort av tvål och vatten. Handtvätten bör också ske i direkt anslutning till insatsen ex vårdtagarens hygienutrymme, för att undvika smittspridning till omgivningen, dig själv och andra. Säkerställ att tvål och torkpapper finns tillgängligt hos vårdtagaren. Att utrustning finns tillgängligt är arbetsgivarens ansvar.
Jag använder handskar när jag tar blodprover eller sätter nål	X			Klokt att göra ur ett arbetsmiljöperspektiv! Handskar används för att minska risken för blodburen smitta. Mycket av det blod som finns på kanylens/nålens utsida stryks mekaniskt av på handsken om man som personal sticker sig.
Jag spritar händerna före jag hanterar sugkatetrar, förband eller provtagningsmaterial	X			Sterila produkter och andra produkter som används på skadad hud eller slemhinnor exempelvis förbandsmaterial ska vara fria från mikroorganismer för att undvika att vårdtagaren får en infektion. Sprita därför alltid dina händer innan du ska ta i materialet för att undvika att placera den flora som finns på dina händer på materialet.
Jag använder plastförkläde när jag lägger om en CVK	X			Använd skyddsklädsel i form av plastförkläde om du kommer i kontakt med sängen och använda sängkläder,

				även om de inte är förorenade av kroppsvätskor. Sannolikt gör du det vid omläggning av en CVK. Dina kläder riskerar att förorenas av en mängd hudpartiklar. Ett plastförkläde minskar nedsmutsningen av arbetskläder ca 30 gånger och minskar mängden bakterier på arbetskläderna och därmed risken för klädburen smitta till andra.
Jag torkar av medicinteknisk utrustning med ytdesinfektionsmedel efter användning	X		(X)	Medicinteknisk utrustning ex blodtrycksmanchett, saturationsmätare, bladderscan och stetoskop, som används av flera vårdtagare rengörs och desinfekteras efter varje användare enligt tillverkarens anvisning. Vanligtvis används ett alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med rengörande effekt (allt-i-ett). Medicinteknisk utrustning som används till samma vårdtagare kontrolleras avseende funktion och att de är synligt rena regelbundet. Rengöring sker efter tillverkarens anvisning, när de är synligt smutsiga eller vid behov. Det är lämpligt att datum dokumenteras.
Jag använder handskar när jag tar blodtryck		X		Handskar ska inte användas när man kontrollerar blodtryck, puls, saturation eller utför andra undersökningar som innebär att man bara tar i vårdtagaren. Användning av handskar i dessa situationer innebär en överanvändning av handskar och invaggar ofta bäraren i en falsk trygghet som snarare leder till risk för handskspridd smitta. Händerna känns inte smutsiga i ett par handskar och gör det lätt att gå mellan olika arbetsmoment. Användning av handskar när det inte behövs innebär också en ökad kostnad och är negativt ur både arbetsmiljö- och miljösynpunkt.
Jag glömmer att sprita händerna innan jag tar ut rent gods ur diskdesinfektor (dvs efter jag öppnat luckan)		X	(X)	Aj, aj, inte bra! Men sannolikt så glömmer vi nog det tyvärr i bland, särskilt om handsprit inte finns nära tillgängligt. Det är dock en av de viktigaste åtgärderna för att bevara

				renheten på godset som desinfekterats. Fundera tillsammans över om ni har rätt förutsättningar för att minimera risken för att glömma/missa det? Finns handsprit tillgängligt där det behövs? Kan vi göra något för att förändra till det bättre? Går det göra något direkt?
Jag använder plastförkläde när jag mäter för kompressionsstrumpor	X		(X)	Tänker att det beror på situationen, men mest troligt att det behövs. Använd skyddsklädsel i form av plastförkläde då du kommer i kontakt med den nakna bara huden, sängen och använda sängkläder, även om de inte är förorenade av kroppsvätskor. Dina kläder riskerar att förorenas av en mängd hudpartiklar. Ett plastförkläde minskar nedsmutsningen av arbetskläder ca 30 gånger och minskar mängden bakterier på arbetskläderna och därmed risken för klädburen smitta till andra.
Jag spritar händerna innan jag hanterar läkemedel	X			Bra! All hantering av läkemedel ska ske på ett aseptiskt sätt så att läkemedel inte kontamineras med mikroorganismer. All läkemedelshantering ska ske med nyspritate händer, oavsett om handskar används eller inte. Handhygien är den bästa mest effektiva hygienåtgärden för att förhindra spridning av händernas och omgivningens flora till läkemedelsförpackningar eller direkt till läkemedlet och bryta smittans väg in i kroppen via munnen eller annan inkörspport som exempelvis via blodet, ögonen etc.
Jag använder sterila handskar när jag sätter KAD	(X)		X	Ja, absolut <i>ett</i> sätt att bevara steriliteten på katetern vid införandet i urinblåsan. Men kan även utföras med hjälp av ett sterilt instrument eller genom att föra in katetern med hjälp av dess innerförpackning. Tillämpa alltid ett aseptiskt arbetssätt, där produktens renhet bevaras d.v.s. den sterila katetern ska bevaras steril i samband med KAD-sättning.