

Tipspromenad – Basala hygienrutiner 1

Dokumentet innehåller 12 frågor, tipstalonger och de rätta svaren.

Frågorna är inskrivna på enskilda ark, färdiga för att skrivas ut.

Har du frågor, hör gärna av dig till oss på vårdhygien!
Tel: 010-24 22307

Mail: smittskydd.vardhygien@rjl.se

Lycka till!

Fråga 1

När ska du tvätta händerna med tvål och vatten?

1.	Bäst att alltid tvätta händerna med tvål och vatten efter varje vård- och omsorgssituation.
X.	Behövs inte! Handdesinfektion är alltid bästa alternativet till god handhygien.
2.	När händerna är smutsiga eller kan antas vara smutsiga och efter vård av/omsorg hos en person som kräks eller har diarré.

Fråga 2

Jag arbetar natt och är ofta frusen. Är det ok om jag använder en långärmad tröja?

1.	Nej, det är aldrig ok, du riskerar överföra smitta till andra.
X.	Ja, om du kavlar upp ärmarna innan du hjälper en vård- och omsorgstagare.
2.	Ja, du kan ha ett långärmat plagg över din arbetsdräkt, men du måste ta av den då du utför vård- och omsorgstagarnära moment, städar, arbetar i sköljen eller i köket.

Fråga 3

I vilka situationer
behöver du vanligtvis
skydda din arbetsdräkt
med ett plastförkläde?

1.	Personlig vård, bädda sängen och hantering av smutstvätt
X.	Gångträning, personlig vård och damning
2.	Förflyttning, sociala kontakter och provtagning

Fråga 4

Vilket är det vanligaste
sättet att överföra
smittämnen?

1.	Indirekt kontaktsmitta
X.	Droppsmitta
2.	Tarmsmitta

Fråga 5

Viktiga förutsättningar
för att kunna utföra en
fullgod handhygien är
att:

1.	Arbeta kortärmat, utan smycken på händer och underarmar, samt ha korta omålade naglar som inte är konstgjorda
X.	Handdesinfektionsmedlet eller tvålen luktar gott.
2.	Håret är uppsatt, då det är långt och att handskar används i alla vård- och omsorgssituationer.

Fråga 6

Jag har precis satt på mig rena handskar och rent plastförkläde och upptäcker att jag glömt förbandsmaterial i förrådet. Hur ska jag göra?

1.	Rulla upp förklädet och gå och hämta förbandsmaterialet i förrådet.
X.	Ta av handskarna och sprita dina händer. Gå till förrådet och plocka fram förbandsmaterialet med nyspritade händer.
2.	Typiskt! Det är bara att ta av hela ”munderingen” och gå för att hämta det som du glömt.

Fråga 7

Handskarna har blivit synligt smutsiga i samband med att en vård- och omsorgstagare får hjälp med nedre hygien. Vad gör du?

1.	Spritar av handskarna ordentligt och fortsätter arbeta.
X.	Tar av handskarna och byter till ett par rena. I samband med detta spritar jag händerna.
2.	Inga bekymmer, jag använder dubbla handskar. Alltid redo!

Fråga 8

Jag bäddar en vård- och omsorgstagares säng.
Behöver jag använda
plastförkläde?

1.	Ja
X.	Nej
2.	Bara om sängen är smutsig

Fråga 9

Innan du utför ett vård- och omsorgsmoment, vad är viktigast att du gör för just den vård- och omsorgstagaren?

1.	Spritar händerna
X.	Tar på handskar
2.	Hälsar! Ett bra bemötande är superviktigt.

Fråga 10

Hur ofta ska jag byta arbetskläder?

1.	Varje dag samt om de under arbetspasset förorenas på något vis.
X.	När de luktar svett
2.	När jag orkar och hinner

Fråga 11

Jag ska på bröllop i helgen och har fixat gelnaglar. Det är väl ok – det är ju bara ett par dagar kvar och de är ju alldeles nya?

1.	Ja, eftersom de är nya och bara ska sitta ett par dagar
X.	Nej, det är aldrig ok med någon form av konstgjort material på naglarna.
2.	Ja, om du använder handskar i alla vård- och omsorgsmoment.

Fråga 12

Vad är den viktigaste
åtgärden för att
förebygga
smittspridning i vård-
och omsorgsarbete?

1.	Undersöka om vård- och omsorgstagaren har en känd smitta
X.	Konsekvent tillämpa basala hygienrutiner och klädregler i alla vård- och omsorgssituationer
2.	Torka alla vård- och omsorgsnära ytor med ytdesinfektion dagligen.

Tipspromenad

	1	X	2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Skilje fråga:.....

Namn:.....

Tipspromenad

	1	X	2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Skilje fråga:.....

Namn:.....

Tipspromenad

	1	X	2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Skilje fråga:.....

Namn:.....

Facit

Fråga 1

När ska du tvätta händerna med tvål och vatten?

1. Bäst att alltid tvätta händerna med tvål och vatten efter varje vård- och omsorgssituation.
- X. Behövs inte! Handdesinfektion är alltid bästa alternativet till god handhygien.
2. När händerna är smutsiga eller kan antas vara smutsiga, och efter vård- och omsorg då en person kräks eller har diarré.

Fråga 2

Jag arbetar natt och är ofta frusen. Är det ok om jag använder en långärmat tröja?

1. Nej, det är aldrig ok, du riskerar överföra smitta till andra.
- X. Ja, om du kavlar upp ärmarna innan du hjälper en vård- och omsorgstagare.
2. Ja, du kan ha ett långärmat plagg över din arbetsdräkt, men du måste ta av den då du utför vård- och omsorgsnära moment, arbetar i sköljen eller i köket.

Fråga 3

I vilka situationer behöver du vanligtvis skydda din arbetsdräkt med ett plastförkläde?

1. Personlig vård, bädda sängen och hantering av smutstvätt
- X. Gångträning, personlig vård och damning
2. Förflyttning, sociala kontakter och provtagning

Fråga 4

Vilket är det vanligaste sättet att överföra smittämnen?

1. Indirekt kontaktsmitta
- X. Droppsmitta
2. Tarmsmitta

Fråga 5

Viktiga förutsättningar för att kunna utföra en fullgod handhygien är att:

1. Arbeta kortärmat, smyckesfritt på händer och underarmar, samt ha korta omålade naglar eller naglar av icke konstgjort material.
- X. Handdesinfektionsmedlet eller tvålen luktar gott.
2. Håret är uppsatt, då det är långt och att handskar används i alla vård- och omsorgssituationer.

Fråga 6

Jag har precis satt på mig rena handskar och rent plastförkläde och upptäcker att jag glömt förbandsmaterial i förrådet. Hur ska jag göra?

1. Rulla upp förklädet och gå och hämta förbandsmaterialet i förrådet.
- X. Ta av handskarna och sprita dina händer. Gå till förrådet och plocka fram förbandsmaterialet med nyspritade händer.
2. Typiskt! Det är bara att ta av hela ”munderingen” och gå för att hämta det som du glömt.

Fråga 7

Handskarna har blivit synligt smutsiga i samband med att en vård- och omsorgstagare får hjälp med nedre hygien. Vad gör du?

1. Spritar av handskarna ordentligt och fortsätter arbeta.
- X. Tar av handskarna och byter dessa till ett par rena. I samband med detta spritar jag händerna.
2. Inga bekymmer, jag använder dubbla handskar. Alltid redo!

Fråga 8

Jag bäddar en vård- och omsorgstagares säng. Behöver jag använda plastförkläde?

1. Ja
- X. Nej
2. Bara om sängen är smutsig

Fråga 9

Innan du utför ett vård- och omsorgsmoment, vad är viktigast att du gör för just den vård- och omsorgstagaren?

1. **Spritar händerna**
- X. Tar på handskar
2. Hälsar! Ett bra bemötande är superviktigt.

Fråga 10

Hur ofta ska jag byta arbetskläder?

1. **Varje dag samt om de under arbetspasset förorenas på något vis.**
- X. När de luktar svett
2. När jag orkar och hinner

Fråga 11

Jag ska på bröllop i helgen och har fixat gelénaglar. Det är väl ok – det är ju bara ett par dagar kvar och de är ju alldeles nya?

1. Ja, eftersom de är nya och bara ska sitta ett par dagar
- X. **Nej, det är aldrig ok med någon form av konstgjort material på naglarna.**
2. Ja, om du använder handskar i alla vård- och omsorgsmoment.

Fråga 12

Vad är den viktigaste åtgärden för att förebygga smittspridning i vård- och omsorgsarbete?

1. Undersöka om vård- och omsorgstagaren har en känd smitta
- X. **Konsekvent tillämpa basala hygienrutiner och klädregler i alla vård- och omsorgssituationer**
2. Torka alla vård- och omsorgsnära ytor med ytdesinfektion dagligen.