

”Lätt att göra rätt” - Basala hygienrutiner och klädregler

– för personal på korttidsenhet

Fundera på och ta ställning till påståendet. Hur brukar Du vanligtvis göra?	Alltid	Aldrig	Beror på situationen	FACIT- stöd i ert resonemang
Jag är kortärmad och smyckesfri på händer och underarmar vid alla vårdtagarkontakter	X			<p>En förutsättning för att du ska kunna göra rent dina händer och underarmar på ett korrekt sätt är att dina kläder som du använder i vård- och omsorgsnära situationer har en kort ärm, som slutar ovanför armbågen och att du har bara händer och underarmar. Smycken på händer och underarmar är stora bakteriehardar. 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. Likaså ska långärmade plagg inte användas. Endast tillåtet vid administrativt och socialt arbete, INTE i vård- och omsorgsarbete nära vårdtagare eller i samband med annat indirekt vård- och omsorgsarbete som exempelvis städning, hantering av rent material, läkemedel eller livsmedel. Använd ett linne eller en t-shirt med kort arm under arbetskläderna om du fryser eller en kortärmad värmeväst över din överdel. Används en väst över arbetskläderna i nära vård- och omsorgsarbete, ska även den bytas varje dag.</p>
Jag tvättar händerna med tvål och vatten efter kontakt med vårdtagare, innan jag lämnar hens rum			X	<p>Beror på situationen. Det finns situationer då handsprit inte är tillräckligt. Är händerna synligt smutsiga eller känns</p>

				<p>klabbiga, eller om vårdtagaren har diarré eller kräks 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 och andra. Säkerställ att tvål och torkpapper finns tillgängligt hos vårdtagaren. Att utrustning finns tillgängligt är arbetsgivarens ansvar. Tänk även på att INTE tvätta händerna mer än som är nödvändigt för att undvika att dina händer torkar ut och du får hudbesvär. Handsprit innehåller återfuktande medel.</p>
Jag säger till när en arbetskamrat inte följer basala hygienrutiner eller inte är rätt klädd	X		(X)	<p>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.</p>
Jag använder handskar när jag ger injektioner	X			<p>Klokt att göra ur ett arbetsmiljöperspektiv! Handskar används för att minska risken för blodburen smitta. Mycket av det blod som finns på injektionsnålens utsida stryks mekaniskt av på handsken om man som personal sticker sig.</p>
Jag har plastförkläde på mig när jag går med urinflaskor och bäcken till enhetens desinfektionsrum (sköljen)			X	<p>Beror på situationen. Avgörs utifrån om det föreligger en risk för att arbetskläderna kan smutsas ned eller om innehållet kan stänka på arbetskläderna i samband med</p>

			<p>transport eller när urinflaskan eller bäcken placeras i spoldesinfektor.</p> <p>Men allt som oftast hörs röster om att plastförkläde inte får användas utanför vårdrummet, och absolut inte i korridoren. Ser inga problem med det, utan ser istället det som ett bra sätt att skydda arbetskläderna från att förorenas. Inga bassilusker kommer hoppa från förklädet på vägen. Förklädet ska dock aldrig viras upp/rullas ihop för att sedan viras ned i gen. Det föranleder risk för spridning av förklädets förorenade sida till arbetskläderna där under.</p>
Jag spritar händerna före jag plockar ut rent gods ur spol- eller diskdesinfektor (efter jag öppnat luckan)	X		<p>Gods som exempelvis saxar, pincetter, urinflaskor, bäcken, bidéskålar, hinkar etc, som har rengjorts och desinfekterats i en kontrollerad spol- eller diskdesinfektor har därefter en renhetsnivå som gör det säkert att använda godset i gen oavsett till vem. Att ta i godset med orena händer, dvs icke nyspritate händer medför risk för smittspridning. ALLTID lika viktigt att behålla den renhet som uppnåtts på godset fram tills användning.</p>
Jag använder handskar när jag kontrollerar blodtryck eller saturation		X	<p>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.</p> <p>Användning av handskar när det inte behövs innebär också en ökad kostnad och är negativt ur både arbetsmiljö- och miljösynpunkt.</p>
Jag glömmer ofta att sprita händerna innan jag plockar fram omläggingsmaterial		X	<p>Inte bra! Produkter som används på skadad hud exempelvis förbandsmaterial ska vara fria från</p>

				<p>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 förbandet.</p>
<p>Jag använder plastförkläde när jag hjälper vårdtagare att vända sig i sängen</p>	X		(X)	<p>Beror på situationen, men MEST troligt behövs det. Använd ett plastförkläde i de situationer arbetskläderna riskerar bli som mest förorenade med hud- och tarmbakterier, där de riskerar smutsas ned av kroppsvätskor eller bli grovt nedsmutsade. Exempel på sådana situationer är fysisk kontakt med den nakna bara huden, nattlinne/pyjamas, obäddade sängen eller kontakt med annat orent material. Plastförkläde behövs generellt INTE då vårdtagaren har kläder på sig eller sängen är bäddad. Ovan avgör om plastförkläde behövs eller inte vid hjälp med vändning i säng. Ett plastförkläde minskar nedsmutsningen av arbetskläder ca 30 gånger och minskar mängden bakterier på arbetskläderna och därmed risken för klädburen smitta till andra.</p>
<p>Jag spritar händerna före jag tar nya handskar ur förpackningen</p>	X			<p>Superbra! 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 nyspritate. Handskar ska vara en ren produkt och säker att använda!</p>
<p>Jag byter om till/från arbetskläder på jobbet</p>	X			<p>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</p>

				smittrisk till vårdtagare, kollegor, dig själv, eller till din familj.
Jag använder handskar då jag hjälper en vårdtagare att tvätta sig upp till		X	(X)	Varför? Handskar används inte om det INTE finns risk för kontakt med kroppsvätskor. Däremot finns det risk för kontakt med kroppsvätskor (kroppsvätskor innehåller ofta stora mängder mikroorganismer) och att händerna kan bli kraftigt nedsmutsade så är det klokt att använda handskar. Handdesinfektionen blir då effektivare. Exempelvis ta ut tandprotes, hjälpa vårdtagare att borsta sina tänder eller tvätta vårdtagarens ögon i samband med en ögoninfektion.
Jag har alltid nyspridade händer innan jag ger ögondroppar	X			Rena nyspridade händer är den bästa mest effektiva hygienåtgärden för att förhindra spridning av händernas och omgivningens flora till ögonslemhinnan. Handskar används enbart om det finns risk för att händerna blir synligt nedsmutsade av sekret från ögonen vid en samtidig ögoninfektion. En nyspridad hand är alltid renare än en handskbeklädd sådan.
Jag punktdesinfekterar när jag upptäcker spill av kroppsvätskor som urin, avföring, blod etc.	X			Toppen! Spill av kroppsvätskor i vårdrum, tvättstuga, desinfektionsrum eller i gemensamma utrymmen torkas upp snarast av den som upptäcker det. Använd vanligtvis ett alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med rengörande effekt.