

Stopp för smitta och smittspridning

Länsövergripande hygienriktlinje för Region Norrbotten



Förord

Vårdrelaterade infektioner innebär stort lidande för patienter och vårdtagare och orsakar höga kostnader för hälso- och sjukvård och kommunal vård och omsorg. Därför är det viktigt att göra allt för att de som behandlas, vårdas eller arbetar inom vården inte ska smittas eller drabbas av en infektion. Region Norrbotten har sammanställt denna hygienriktlinje för att öka kunskapen om hur smittspridning och infektionsrisker kan minskas och helst undvikas helt.

Hygienriktlinjen bygger på Socialstyrelsens föreskrifter om basala hygienrutiner (SOSFS2015:10), vetenskap och beprövad erfarenhet och är ett dokument som varje vårdanställd ska känna till och ta del av. Kunskapen om hur vi undviker smittspridning och minskar infektionsrisk besparar patienterna och vårdtagarna stort lidande samtidigt som vårdkostnaderna blir lägre – något som är angeläget för oss alla. I kombination med systematisk uppföljning och ett ständigt förbättringsarbete är hygienriktlinjen ett kraftfullt verktyg för en mer säker vård.

Pia Näsvall
Hälso- och sjukvårdsdirektör
Luleå

Ditt ansvar som chef och arbetsledare

Arbetsgivaren, varje chef och arbetsledare, ansvarar för att alla medarbetare är insatta i – och förstår – denna hygienriktlinje samt följer de basala hygienrutinerna. Ansvar styrs av Arbetsmiljölagen och Socialstyrelsens föreskrifter samt författningen Basala hygienrutiner (SOSFS 2015:10). Arbetsgivaransvar innebär att chefer och arbetsledare ska ge personalen förutsättningar att följa hygienriktlinjen.

Arbetsgivaren ska tillhandahålla:

- Arbetskläder och skyddsutrustning
- Handdesinfektionsmedel som är lätt tillgängligt

Det ska vara lätt att göra rätt!

Där vård bedrivs finns patienter/vårdtagare som på grund av sin sjukdom, ålder eller behandling är mer infektiösa än friska personer. Följ därför alltid de basala hygienrutinerna.

Ditt ansvar som medarbetare

Som anställd är du skyldig att följa hygienriktlinjen och de basala hygienrutinerna. Det är Socialstyrelsen föreskrifter och arbetsmiljölagen som bestämmer detta.

God personlig hygien är av största betydelse för allt arbete inom hälso och sjukvård, tandvård och kommunal vård och omsorg. Alla kan bära på infektioner eller smitta som kan överföras till patienter/vårdtagare, mellan patienter/vårdtagare och till dina arbetskamrater.



Foto: Anders Alm/Synk

Basala hygienrutiner

Vid vård och undersökning av patienter/vårdtagare kan du med händerna, men även kläder, överföra smittämnen till och mellan patienterna/vårdtagarna. Din viktigaste insats för att hindra detta är att alltid följa de basala hygienrutinerna. Det gäller förstås oavsett om du är chef, arbetsledare eller medarbetare. Smittämnena gör inte skillnad.

Basala hygienrutiner handlar om:

- Handhygien-Handdesinfektion
- Handskar
- Arbetskläder
- Skyddsutrustning
- Personlig hygien

Handhygien

När du tvättar händerna ska flytande tvål och vatten användas.
Torka noggrant torrt med pappershandduk.
Desinficera alltid händerna.

Tvätta händerna:

- Efter eget toalettbesök
- Vid synligt smutsiga eller kladdiga händer
- När du ha vårdat en person med kräkning eller diarré

Handdesinfektion

Desinfektion av händer och vid behov underarmar utförs omedelbart före och efter all patient/vårdtagarkontakt och alla arbetsmoment i hälso- och sjukvård, tandvård och kommunal vård och omsorg.

Kom ihåg!

Detta gäller även vid hantering av mobiltelefon, IT- och Medicinskteknisk-utrustning.





Foto: Anders Alm/Synk

Handskar

Använd alltid handskar vid kontakt, eller risk för kontakt, med kroppsvätskor: Blod, urin, avföring, kräkning, sekret och likvor. Handskar minskar den mängden smittämnen som når handen så att hygienisk handdesinfektion kan uppnås:

- Desinfektera händer och vid behov underarmar omedelbart före och efter att du har använt handskar.
- Byt handskar mellan olika vårdmoment hos samma patient/vårdtagare och desinficera händerna mellan handsksbytena och givetvis inför varje ny patient/vårdtagare.

Tänk på att:

- Förorenade handskar sprider smitta på samma sätt som dina händer gör utan handskar.
- Med handskar har du ett visst mekaniskt skydd om du råkar sticka dig.
- Handskar är en engångsprodukt och ska kasseras direkt efter användning.

Rätt klädd på jobbet

Arbetsgivaren håller med arbetskläder och dessa får bara användas på arbetsplatsen. Den består av långbyxor i kombination med en blus/pikétröja eller klänning.

- Blus, tröja och klänning ska ha korta ärmarna för att den hygieniska handdesinfektionen ska bli korrekt och effektivt utförd.
- Arbetsdräktens ärmarna eller byxben får inte vikas upp pga risk för ansamling av damm och smuts i vecken.
- Privata kläder får inte användas i hälso och sjukvård, tandvård eller kommunal vård och omsorg.
- Vid administrativt arbete och vid samtalskontakter ex kurator, psykolog, krävs inte arbetsdräkt.
- Om arbetet bedrivs på flera platser får arbetsdräkten bäras vid färd mellan platserna.
- Värmehållande underställ under arbetskläder är tillåtet. Understället ska vara rent och ärmarna ska vara lika korta som arbetsklädernas ärmlängd.
- Huvudduk, hijab, ska fästas upp eller stoppas innanför arbetsdräkten och finns att beställa som personalkläder.





Dagliga klädbyten

- Arbetskläderna ska bytas varje dag och även när den blivit förorenad och/eller våt.
- Speciella arbetskläder används inom vissa arbetsområden som till exempel operation och ambulans.
- Operationskläder skall skyddas med engångsrock vid tillfälligt besök utanför operationsavdelningen.

Värmeplagg

- Ska inte användas vid patientnära arbete.
- Quiltad väst skickas för tvätt minst varje vecka.
- Engångsprodukt skall kasseras efter användning.



Foto: Anders Alm/Synk

Tvätt

Arbetsgivaren ansvarar för tvätt av arbetskläder och det är inte tillåtet att tvätta dessa hemma. Du ansvarar för arbetskläderna från det att du hämtar tills dess att du återlämnat dem för tvätt.

Inga "egna lager" av arbetskläder i omklädningsskåpet. Det begränsar tillgången på ren tvätt.

Kom ihåg!

Innan kläderna läggs i avsedd tvättsäck:

- Ta av broscher, pennor och namnskyltar
- Töm fickorna

Skyddsutrustning

Stänkskydd

Vid risk för stänk av kroppsvätskor i ansiktet ska all personal använda vätskeavvisande munskydd i kombination med visir eller skyddsglasögon.

Andningsskydd

När du vårdar en patient/vårdtagare med luftburen smitta ska du använda ett andningsskydd (FFP3). Det är en engångsprodukt och ska kastas efter användning.

Skyddsförkläde

Använd engångsplastförkläde när det finns risk för stänk och/eller kontakt med kroppsvätskor. Du ska också skydda arbetskläderna vid direkt kroppskontakt med patient/vårdtagare eller dennes säng.

Släng plastförklädet direkt efter användandet. Det är en engångsprodukt. Vid kraftigt spill av kroppsvätskor – eller vid andra tillfällen då verksamheten kräver det – använd långärmat engångsplastförkläde/ långärmad engångsrock.

Arbetsgivaren håller med skyddsutrustning.

Foto: Anders Alm/Synk





Ansvar för din personliga hygien

Händer, kläder, smycken och hår kan utgöra smittvägar för direkt och indirekt kontaktsmitta. Var därför alltid noga med din personliga hygien när du arbetar i vården.

Hår och skägg ska vara uppsatt så att det inte faller ned i arbetsområdet och riskerar att vidröra patienten/vårdtagaren eller arbetsytan. På vissa arbetsplatser, till exempel operationsavdelning, sterilcentral och stor-kök, krävs att personalen har hårskydd.

Naglarna ska vara kortklippta. För att undvika torra händer och nagelband använd mjukgörande kräm på raster och efter arbetsdagens slut.

Trasig hud ex sår, självsprickor, trasigt nagelband eller eksem utgör en ökad risk för ansamlingar av mikroorganismer och därför en fara för indirekt och direkt kontaktsmitta.

Inte tillåtet

- Ringar – armband – armbandsur.
- Bandage, förband (t ex plåster) och stödskenor eller motsvarande på händer och underarmar.
- Konstgjort material såsom nagellack och/eller tex lösnaglar/gelnaglar.

Tillåtet

- Halsband som inte hänger ner och rör vid patienten/vårdtagaren eller arbetsfältet.
- Piercing är generellt tillåtet men individuell riskbedömning behöver göras vid piercing och töjning genom slemhinna.



Personalinfektioner

Du kan själv bära på infektioner eller annan smitta. Då är det förstas risk för att du infekterar patienter, men även dina arbetskamrater.

Personalinfektioner

Den du vårdar är på grund av sjukdom, ålder eller behandling mer infektiöskänslig:

- När du har mag och/eller tarminfektion ska du stanna hemma och rapportera till närmsta chef.
- Enligt allmänna bestämmelser gäller att du vid vinterkräksjuka stannar hemma 48 timmar efter senaste symtom.

Beslut tas av din chef:

- När du har ett infekterat sår – nagelbandsinfektion eller liknande ska du alltid rapportera det till din chef. Infekterade sår, även om de är små, är en smittkälla för kliniska infektioner.
- Vid infektion i ansikte, inklusive infekterad hud i anslutning till piercing.
- Om psoriasis/eksem på händer och/eller underarmar förhindrar en korrekt handdesinfektion.



Rapportera alltid till din chef:

- Om du har arbetat utanför Norden senaste 12 månaderna.
- När du har sökt vård/behandling utanför Norden under de senaste 12 månaderna.
- Om du har vistats, i mer än tre månader, utanför Norden.
- När du har arbetat inom sjukvård i Sverige eller Norden där multiresistenta bakterier förekom i hög grad, till exempel en utbrottssituation.

Mer information hittar du nedan

- SKR kollektivavtal AB 20, kap 4.
- Basal hygien inom hälso och sjukvården SOSFS 2015:10
- Mikrobiologiska arbetsmiljörisker – Smitta, toxinpåverkan, överkänslighet. AFS 2018:4
- Smittskyddslagen (SmL), 2004:168
- Hälso och sjukvårdslagen (HsL), SFS 2017:30
- Patientlagen 2014:821
- www.varldhandboken.se/basalahygienerutinerochpersonalhygien
- Att förebygga vårdrelaterade infektioner – Ett kunskapsunderlag. ISBN 9185482145
- Tandvårdslagen (1985:125)

Hygienriktlinjen

Som anställd och medarbetare i Region Norrbotten får du fylla i ett underlag som bekräftar att du tagit del av och förstår att du är skyldig att följa denna hygienriktlinje.

Har du frågor eller funderingar gällande förutsättningar för hygienriktlinjen på din enhet, kontakta då din närmaste chef.

norrbotten.se