

Rutin för basal hygien och klädregler

Socialförvaltningen, Motala kommun



Beslutsinstans:	Socialdirektör	Diarienummer:	18/SN 0322
Datum:	2018-11-08	Paragraf:	
Reviderande instans:	Medicinskt ansvarig sjuksköterska	Diarienummer:	
Datum:		Paragraf:	
Gäller från:	2018-11-08		

Rutin för basal hygien

Inledning

Infektioner som uppstår i samband med vård och behandling är ett globalt växande problem. Basala hygienrutiner är den viktigaste åtgärden för att förebygga smittspridning i vård och omsorg och utgör grunden för vårdhygieniska riktlinjer i Sverige. Rutinerna är obligatoriska inom alla sjukvårdsinrättningar. De som arbetar i verksamheter som lyder under hälso- och sjukvårdslagen (och tandvårdslagen) ska tillämpa basala hygienrutiner och klädregler i verksamheter där arbetsmoment utförs som innebär fysisk kontakt med personer. Från den 1 januari 2016 omfattas även hemtjänst, särskilda boenden för äldre och LSS-boenden av föreskrifterna om basala hygienrutiner och klädregler.(1)

Rutinerna och vilka verksamheter som omfattas av dem regleras i Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien i vård och omsorg (SOSFS 2015:10).(1) I Vårdhygienisk handbok inom kommunal vård och omsorg i Östergötland framgår mer situationsanpassade rutiner för bl.a. städning, tvätthantering och hantering i samband med olika smittor.(2) Från den 19 november 2018 gäller även föreskriften ”Smittorisker” (AFS 2018:4), där krav på arbetsgivarna förtydligas avseende att säkerställa personalens kunskap om smittorisker (utbildning) och följsamhet till basala hygienrutiner, samt att arbetskläder ska tillhandahållas och hanteras enligt föreskriften om basal hygien i vård och omsorg.(1,3)

Rutin

Personer som får vård- och omsorgsinsatser är till stor del multisjuka och får insatser från både sjukvården och omsorgen. Vårdrelaterade infektioner (VRI) och smittspridning utgör ett problem inom landstingsfinansierad vård, men även inom kommunal vård och omsorg. Kontakter mellan olika aktörer kan innebära risk för smittspridning och spridning av multiresistenta bakterier. Infektioner till följd av vård och omsorg orsakar stort lidande och kostar mycket pengar, det är därför viktigt att alla som arbetar inom vård och omsorg, oavsett arbetsplats är nogga med att följa befintliga hygienrutiner.

Ansvar

Enhetschefen har ansvar för att hygienrutinerna är väl kända och följs av all personal inom respektive enhet. Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS) ansvarar för att kommunen har lokala rutiner inom området. Sjuksköterska ansvarar för handledning och information till personal och anhöriga i kommunens hälso- och sjukvårdsverksamhet. Anställda är enligt lag skyldig att följa föreskrifterna samt att använda den skyddsutrustning som behövs.

Egenkontroll

Vårdgivaren ska fortlöpande följa upp verksamheten och säkerställa att bestämmelserna tillämpas, enligt ”Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete” (SOSFS 2011:9).(4)

Egenkontroll kan genomföras i olika former, t.ex. observationer eller självskattning. Att förebygga vårdrelaterade infektioner är en viktig del av kvalitets- och säkerhetsarbetet i alla former av vård och omsorg. Kunskap om hur läget ser ut i respektive verksamhet ger stöd i det fortsatta systematiska förbättringsarbetet för att förhindra smittspridning och uppkomst av infektioner. Egenkontroll med kontinuerlig återkoppling av resultaten till all personal är en viktig del i verksamhetens kvalitetsarbete samt för att höja medarbetarnas medvetenhet om hygienrutinerna. Det ska vara lätt att göra rätt!

Personligt hygienansvar

Medarbetare kan bära på smitta som kan infektera sköra personer eller arbetskamrater. Personer i vård och omsorg är oftast mer infektiösa på grund av sjukdom, ålder eller behandling än friska arbetskamrater. Infekterade sår/nagelband, handeksem eller psoriasis på händer eller underarmar ska alltid rapporteras till enhetschef, som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas. Tatueringar på händer och underarmar skall vara läkta. Vid diarré och/eller kräkning eller andra tecken på mag-/tarminfektion ska man inte arbeta.

Händer, kläder, hår och smycken kan utgöra smittvägar för indirekt kontaktsmitta, det är därför viktigt att följa reglerna som finns och alltid vara noga med den personliga hygien vid arbete i vården. Långt hår, lång lugg och långt skägg ska fästas eller sättas upp vid patientnära arbete. Hår/skägg kan vara en smittväg för indirekt kontaktsmitta. Om huvudduk används ska nedhängande delar vara instoppade under blusen eller fästas upp.

Efter praktik, arbete eller uppsökande av sjukvård utanför Sverige de senaste 6 månaderna, krävs screening/kontrollodling för MRSA. Kontakt tas med enhetschef för mer information om lokala instruktioner innan återgång till arbete.

Basala hygienrutiner

Gäller överallt där vård och omsorg bedrivs och tillämpas i alla vårdsituationer, av all personal, oavsett om det finns känd smitta eller inte och oavsett arbetsgivare. Syftet är att förhindra smittspridning från person till medarbetare och från medarbetare till person i vård/omsorg (direkt kontaktsmitta), samt mellan personer via medarbetarnas händer och kläder (indirekt kontaktsmitta).

Handhygien

Handdesinfektion

Handdesinfektion ska genomföras före och efter allt personnära arbete samt före rent och efter orent arbete. Händerna ska desinfekteras både före och efter användning av handskar. Handdesinfektionsmedel utan förtjockningsmedel rekommenderas då gel lämnar en hinna på händerna, som måste sköljas bort med vatten efter cirka 5 desinfektioner.

Handtvätt

Om händerna är synligt smutsiga eller om man varit i kontakt med person med symptom som kräkning eller diarré ska händerna tvättas före handdesinfektion, eftersom effekten av alkohol mot calici- och rotavirus samt *Clostridium difficile* är begränsad. Det är viktigt att torka händer torra efter tvätt, innan handdesinfektion utförs.

Skyddshandskar

Handskar används vid risk för kontakt med kroppsvätskor t.ex; urin, avföring, blod, kräkning, sekret. Handskar ska användas vid all blodprovstagning. Desinficera alltid händerna före och efter handskanvändning.

- Handskar är för engångsbruk och får aldrig desinfekteras eller återanvändas utan kastas direkt efter användning
- Byt handskar mellan olika vårdmoment, även hos samma person
- Tänk på att handskar blir förorenade utanpå och då sprider smitta på samma sätt som händer utan handskar
- Berör inte omväxlande smutsigt och rent, även om du har handskar på händerna
- Förvara aldrig handskar löst i fickorna

Överanvändning av handskar kan leda till att huden luckras upp vilket ökar risken för hudbesvär. Händerna ska därför inte utsättas för handskar under längre tid eller oftare än nödvändigt. Studier visar också att felanvändning av handskar leder till ökad risk för smittspridning.

Handskan ska ha rätt storlek för att passa handen. Undersökningshandskar av Vinyl/Nitril rekommenderas bl.a. vid injektioner, såromläggning, hjälp med nedre toalett, byte av inkontinenshjälpmedel, byte av urinuppsamlingspåse och sugning av luftvägar. Undersökningshandskar av Nitril rekommenderas alltid vid direktkontakt med blod och vid all blodprovstagning.

Skyddskläder

Plastförkläde ska användas när det finns risk att arbetskläderna kontamineras (förorenas). Plastförkläde är för engångsbruk och kasseras efter varje användningstillfälle. Syftet är att skydda arbetskläderna mot förorening och väta och därmed också skydda vårdtagaren från smittöverföring från personalens arbetskläder. Långärmade plastförkläden ska finnas att tillgå. Det krävs exempelvis vid omvårdnad av person med skabb.

Skyddskläder används t.ex. vid hjälp med personlig hygien och toalettbestyr, på- och avklädning, omläggning av sår, bäddning, hantering av smutsvätt, byte av urinuppsamlingspåse, sugning av luftvägar och städning av toalett.

Stänkskydd

Använd visir eller skyddsglasögon i kombination med munskydd (klass IR eller IIR) vid arbete som medför risk för stänk av kroppsvätskor mot ansiktet. Munskydd är engångs och slängs efter användning. Exempel på arbetsmoment där stänkskydd bör användas är sugning av luftvägar.

Andningsskydd

Andningsskydd (ej att förväxla med munskydd) är avsedda att hindra små luftburna partiklar från att dras ned i luftvägarna och används vid vård av person med misstänkt eller säkerställd luftburn smitta, exempelvis öppen smittsam lungtuberkulos. Tänk på att andningsskyddet (klass FFP3) sluter tätt, se tillverkarens instruktion. Andningsskyddet är engångs och slängs efter användning. Om huvudduk bärs får den inte förhindra att skyddsutrustning används på ett korrekt sätt t.ex. genom att ett andningsskydd inte sluter tätt.

Klädregler

Studier har visat att vårdpersonalens kläder kan överföra stort antal bakterier mellan personer. Vissa bakterier kan överleva länge i miljön eller på arbetskläder.

Arbetskläder:

- En arbetsdräkt består av en överdel och en underdel, alternativt klänning
- Ska ha kort ärm som slutar ovanför armbågen för att möjliggöra korrekt handhygien
- Ska bytas dagligen samt direkt i samband med förorening eller då den blivit våt
- Ska används endast på arbetsplatsen och under arbetstid. Om arbetet bedrivs på flera platser får de bäras vid färd mellan dessa och tillsammans med ytterkläder
- Bör tillhandahållas av arbetsgivaren då kostnad för arbetskläder samt tvätt enligt Socialstyrelsens krav, ska bäras av arbetsgivaren
- Ska inte kombineras med privata kläder förutom underkläder, kortärmad T-shirt, huvudduk, strumpor och skor. Huvudduk (jämnställs med hår) betraktas ej som arbetskläder men bör tvättas dagligen samt om den blivit våt eller synligt förorenad
- Ska med fördel tvättas på tvätterier i en kvalitetskontrollerad tvättprocess
- Sker tvätt på arbetsplats skall arbetskläder tvättas i 60 till 70°C under tio minuter, normalprogram, ej snabbprogram. Kläderna ska alltid tumlas torra eller torkas i torkskåp
- Rena torra arbetskläder förvaras i stängt skåp på arbetsplatsen för att bevara sin renhetsgrad. Skåp placeras inte i tvättstuga
- Arbetsgivaren ansvarar för att använda arbetskläder hålls åtskilda från andra kläder

Personalhygien

Kontaktsmitta via händer är den vanligaste smittvägen inom all vård och omsorg. Handdesinfektion utförs för att avdöda mikroorganismer och därmed bryta smittvägar.

För att uppnå fullgod handhygien krävs:

- Kortklippta, rena naglar
- Naglar fria från all slags nagellack, konstmaterial, nageldekorationer
- Armband, armbandsur eller ringar får inte bäras under arbetstid
- Vid personnära arbete ska långt hår/skägg vara uppsatt
- Händer och underarmar skall vara fria från plåster/stödbandage/ortoser vid personnära arbete
- Händer och underarmar skall vara fria från piercing. Piercingsmycken kan användas om de inte hänger ner i arbetsfältet, om hålen är läkta och utan infektionstecken

Långa naglar samlar smittämnen och förhindrar fullgod handdesinfektion. Nagellack utsätts för slitage och mikroorganismer fastnar i sprickor. Nagellack och andra konstmaterial orsakar sämre funktion hos handspriten och ska därför inte användas när man arbetar inom vård och omsorg. Vårda dina händer. Intakt hud är den bästa barriären mot smittämnen. I samband med längre rast eller efter arbetspassets slut, använd gärna handkräm för att förebygga torra och nariga händer.

Referenser

1. Basal hygien i vård och omsorg (SOSFS 2015:10)
2. Vårdhygienisk handbok inom kommunal vård och omsorg i Östergötland – förhindra smitta och smittspridning, Vårdhygien i Östergötland 2018-06
3. Smittrisker (AFS 2018:4)
4. Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete (SOSFS 2011:9)

Revisionshistorik:	Reviderad av:	Ansvarig:
120208 – Ny rutin (Dnr 13/SN 0054)	Medicinskt ansvarig sjuksköterska	Medicinskt ansvarig sjuksköterska
140901 – Reviderad rutin	Medicinskt ansvarig sjuksköterska	Medicinskt ansvarig sjuksköterska
181108 – Ny rutin, ersätter ”Rutin för basal hygien” (Dnr 13/SN 0054)	Medicinskt ansvarig sjuksköterska	Socialdirektör