



# Vårgårda kommun

Antagen: 2017-05-11

Antagen av: Gunnel Wessbo, MAS

Uppföljningsansvar: MAS

Uppföljning: gäller tills vidare

## Vårdhygieniska rutiner för Vårgårda kommun <sup>1</sup>

### Basala hygienrutiner

Den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning i vård och omsorg är att konsekvent tillämpa basala hygienrutiner.

#### Basala hygienrutiner innebär:

- God handhygien.
- Handskar skall användas vid kontakt med eller risk för kontakt med kroppsvätskor.
- Skyddsklädsel vid nära vårdkontakt.

**Tillämpa alltid dessa rutiner. Gäller alla personalkategorier, vikarier och studerande.**

### Handhygien

- Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor eller motsvarande. De samlar bakterier och förhindrar god handhygien. De kan även skada patienten.
- Naglarna skall vara korta och fria från konstgjort material som nagellack och konstgjorda naglar. De samlar bakterier och förhindrar god handhygien. De kan även skada patienten.

### Handdesinfektion

- Desinfektera alltid händerna med ett alkoholbaserat handdesinfektionsmedel omedelbart före varje direktkontakt och efter varje direktkontakt med patient.
- Händerna ska vara torra innan de desinfekteras.
- Händerna skall desinfekteras både före och efter användning av handskar.
- Tag rikligt med handdesinfektionsmedel och arbeta in spriten ordentligt tills händerna känns torra.

### Handtvätt

Händerna skall tvättas med vatten och flytande tvål före desinfektion om de är eller kan antas vara smutsiga.

Efter vård av eller omsorg om en person som kräks eller har diarré ska händerna alltid tvättas med vatten och flytande tvål före handdesinfektion.

---

<sup>1</sup>Vårdhygieniska rutiner är framtagna av MAS-nätverket i kommunerna Alingsås, Bollebygd, Herrljunga, Lerum, Mark, Svenljunga, Tranemo, Ulricehamn, Vårgårda och Borås stad.



# Vårgårda kommun

Händerna som har tvättats skall vara torra innan de desinfekteras, endast pappershanddukar skall användas. Tag rikligt med handdesinfektionsmedel och arbeta in spriten ordentligt tills händerna känns torra.

## Skyddshandskar

Använd alltid handskar vid kontakt med urin, avföring, blod, sårsekret och andra kroppsvätskor under ett vård och omsorgsmoment. Händerna ska vara torra när handskarna sätts på.

Kasta handskarna efter användning och gör handdesinfektion. Tänk på att förorenade handskar också kan sprida smitta, liksom smutsiga händer.

- **Observera! Byt alltid handskar mellan varje patient, mellan varje vård och omsorgsmoment samt mellan orent och rent arbete.**

## Skyddskläder

- Använd engångsplastförkläden vid vårdnära, smutsigt och vått arbete, t.ex. bäddning, skötsel av personlig hygien och såromläggning eller risk för kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material.
- Plastförklädet skall kastas efter varje användningstillfälle.

## Arbetskläder

De kläder som man arbetar i är arbetskläder oavsett om det är arbetsgivaren eller den enskilde som har inköpt dem och får bara användas på arbetet.

Kläderna ska tvättas på arbetet. Om arbetet bedrivs på flera platser får dock kläderna bäras vid färd mellan dessa.

- Arbetskläder skall tvättas i + 60 grader C.
- Arbetsklädernas ärmar ska vara så korta att de slutar ovanför armbågen för att kunna göra desinfektion.
- Nederdelen kan bestå av byxa eller kjol.
- Arbetskläder skall bytas dagligen, eller oftare vid behov.
- Långt hår och skägg skall sättas upp.
- Fäst upp huvudduk och byt den dagligen.

## Personalinfektioner

Vid hand- och nagelbandsinfektioner, eller sjukdom med symtom som diarré, kräkningar är det inte tillåtet att arbeta med livsmedel, munvård, såromläggning, kvarliggande kateter eller liknande. Infekterade sår, även om de är små, är en viktig smittkälla för kliniska infektioner, särskilt med stafylokocker och grupp A-streptokocker.

- Om du har ett infekterat sår, nagelbandsinfektion eller dylikt ska du alltid rapportera detta till arbetsledaren som bedömer vilka åtgärder som ska vidtas.



# Vårgårda kommun

## Desinfektionsrutiner

Punktdesinfektion är en viktig åtgärd för att förhindra smittspridning i vårdarbetet och skall alltid göras eftersom kroppsvätskor och utsöndringar kan innehålla stora mängder smittämnen.

- Punktdesinfektion skall alltid göras omedelbart vid spill.
- Vid spill av blod, urin, avföring eller sårsekret etc. används ytdesinfektionsmedel med tensider.

## Smutstvätt

- Använd plastförkläde vid hantering av smutstvätt.
- Blanda inte smutsig och ren tvätt.
- Blanda inte olika patienters/brukares kläder om de inte går att tvätta i + 60° C.
- Vid hantering av starkt förorenad tvätt, använd plastpåsar som upplöses i tvättmaskin.
- Glöm inte handdesinfektion.

## Livsmedelshygien/Livsmedelshantering

Bakterier, virus och andra mikroorganismer kan spridas via maten. Inom vård och omsorg finns stor risk för smittspridning via personalen som växlar mellan vårdarbete och mathantering.

## Personalhygieniska åtgärder

- Tvätta och desinfektera händerna före all livsmedelshantering.
- Använd alltid köksförkläde av tyg vid arbete med livsmedel. Förklädet byts dagligen.
- Vid sjukdom med symtom som diarré, kräkningar, halsont eller hudinfektioner på händerna är det inte tillåtet att arbeta med livsmedel, vare sig de är förpackade eller oförpackade.
- Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor eller motsvarande.
- Naglarna skall vara korta och fria från konstgjort material som nagellack och konstgjorda naglar.
- Eftersträva att så få personer som möjligt hanterar maten.

## Tillagning och hantering av livsmedel

De flesta bakterier/virus dör vid ordentlig upphettning. Mat som återuppvärms skall ha en temperatur av + 72° C.

Kyl snabbt ned tillagad mat. Detta minskar risken för bakterietillväxt.

Skölj frukt och grönsaker noga.

Använd inte samma skärbräda och kniv till kött och grönsaker.

Använd alltid rena redskap.

Håll rent på arbetsbänken.



# Vårgårda kommun

- Använd helst engångsdisktrasa eller byt disktrasan dagligen.
- Varmhållning av mat ska ske vid minst + 60° C under högst två timmar.
- Ta fram så mycket pålägg som beräknas gå åt och kassera det som inte gått åt.
- Använd särskild städutrustning för kök. Utrustning skall helst förvaras i köket Städutrustningen får ej förvaras i sköljrum om sådant finns.

**Observera! Tänk på vårdtagarens handhygien så att de får hjälp med att tvätta händerna innan måltiden.**

## Förvaring av livsmedel

- Förvara mat som skall vara kall i kylskåp eller vid den temperatur som står på förpackningen, men inte över + 8° C.
- Använd termometer i kylskåpet.
- Temperaturen i frysen skall vara minst - 18° C.
- Bakterier växer till i temperaturintervallet + 8° C till + 60° C. Risken för bakterietillväxt är störst mellan + 20° C till + 40° C.

## Grundutrustning avseende hygienrutiner

Grundutrustningen för hygien bör finnas lättillgänglig i varje bostad. Varje enhetschef ansvarar för hur utrustningen lämpligast förvaras.

Grundutrustning:

- |                                   |                        |
|-----------------------------------|------------------------|
| - Nitrilhandskar                  | - Flytande tvål        |
| - Handdesinfektionsmedel/ alcogel | - Huvudbonad           |
| - Ytdesinfektionsmedel med tensid | - Köksförkläde i tyg   |
| - Engångsförkläde                 | - Avfallspåsar i plast |
| - Pappershanddukar                |                        |

## Hygienombud

På varje avdelning skall det finnas minst ett hygienombud med särskilt ansvar.

## Sjuksköterska med särskilt hygienansvar

I kommunen skall det finnas sjuksköterska med särskilt hygienansvar.

## Ansvarsfördelning vårdhygien

Ansvarsfördelning för vårdhygien i kommunen, se dokument: Vårdhygien i kommunal vård och omsorg, på intranätet.

## Dokument:

SOSFS 2015:10 Socialstyrelsens föreskrifter om: Basal hygien i vård och omsorg  
Socialstyrelsens dokument: Frågor och svar om basal hygien i vård och omsorg  
Vårdhygieniska rutiner inom kommunal vård och omsorg i Södra Älvsborg