

# Rätt klädd och rena händer inom vård och omsorg





## Förord

*Vårdrelaterade infektioner är ett problem inom kommunal vård och omsorg, liksom i övrig hälso- och sjukvård. Kontakterna mellan de olika vårdformerna är tät och risken för smittspridning är stor.*

*Det är därför av yttersta vikt att alla som deltar i vården och omsorgen är noga med att följa de råd som finns i denna broschyr. Genom att tillämpa basala hygienrutiner och vara rätt klädd kommer man långt för att förebygga lidande och sjukdom hos vårddagare och personal.*

*Förhoppningen är att denna lilla skrift ska uppmuntra till bättre följsamhet till de välunderbyggda rutinerna som här beskrivs.*

*Detta är ett område där alla verkligen kan göra en insats för att minska smittspridningen. Lagarbete är en god förutsättning för att komma framåt, eftersom samma enkla regler gäller för alla.*

**Maria Larsson**

STATSRÅD SOCIALDEPARTEMENTET



## Basala hygienrutiner

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

Basala hygienrutiner innebär:

- God handhygien
- Ibland handskar
- Skyddsklädsel vid nära vårdkontakt

**Tillämpa alltid** dessa rutiner. Gäller **alla** personalkategorier och till **alla** vårdtagare.

Arbetsgivaren har ett övergripande ansvar för att se till att det finns rutiner och utrustning för att förhindra smittspridning i allt vård- och omsorgsarbete.

Den anställde är **skyldig** att följa gällande hygienföreskrifter och använda den rekommenderade personliga skyddsutrustningen.

## Arbetskläder - En förutsättning för god hygien

Arbetskläder ska enbart användas på arbetsplatsen. Privata kläder får inte användas. Undantag är underkläder, kortärmad undertröja och strumpor.

- Bär alltid arbetsdräkt med kortärmad överdel.
- Byt arbetsdräkten dagligen och när den blivit våt eller smutsig.
- Arbetsdräkten tvättas i tillräckligt hög temperatur.
- Tvätta inte arbetsdräkten i hemmet.
- Sätt upp långt hår och skägg. Fäst upp huvudduk och byt den dagligen.

*Att vara rätt klädd  
på jobbet är ditt eget  
och allas ansvar!*

**Ann Georgsson**, Förbundsombudsman Kommunal  
**Annette Larsson**, Undersköterska, Kommunal i Örebro





*Att arbeta på ett professionellt och patientsäkert sätt är att vara rätt klädd på jobbet.*

*Det innebär att ha kortärmad för att det ska bli lätt att desinfektera händer och armar.*

**Kerstin Belfrage**

Leg. Barnmorska, Förbundsombudsman Vårdförbundet

Använd alltid alkoholbaserat handdesinfektionsmedel.





## HANDHYGIEN

Använd inte ringar, armband eller armbandsur. Naglarna ska vara kortklippta och utan färgat nagellack. Använd ej lös naglar.

## HANDESFUNKTION

Desinfektera alltid händerna före och efter all kontakt med vårdtagare. Tag rikligt med handdesinfektionsmedel (2-3 ml) och se till att spriten kommer åt överallt. Gnid in tills det är torrt.

## HANDTVÄTT

Tvätta händerna med tvål och vatten endast när de är synligt eller kännbart smutsiga och vid magsjuka. Torka med engångshandduk. Utför därefter handdesinfektion.

## HANDSKAR

Använd alltid handskar vid kontakt med urin, avföring, blod, sårsekret och andra kroppsvätskor.

Kasta handskarna efter användning och desinfektera händerna därefter. Tänk på att förorenade handskar också kan sprida smitta, liksom smutsiga händer.

## SKYDDSKLÄDER

Använd engångsplastförkläden alternativt vårdtagarbunden skyddsrock vid vårdnära, smutsigt och vått arbete, till exempel vid bäddning, skötsel av personlig hygien och såromläggning. Plastförklädet ska kastas efter varje användningstillfälle.

Använd alltid alkoholbaserat handdesinfektionsmedel.



*Rena, fräscha arbetskläder  
och god hygien – viktiga  
grunder för ett professionellt  
arbete inom vård och omsorg.  
Riskerna för smittspridning  
minskar, vårdtagare och  
personal blir friskare och kan  
känna sig trygga.*

**Inga Zetterqvist**  
Rikshygienjuksköterska





# Referenser

Basal hygien inom hälso- och sjukvården SOSFS 2007:19

Hälso- och sjukvårdslag SFS 1982:763

Socialtjänstlagen SOL

Arbetsmiljölagen (SFS 1977:1160)

AFS 2005:1 Mikrobiologiska arbetsmiljörisker - smitta, toxinpåverkan, överkänslighet

AFS 2001:3 Användning av personlig skyddsutrustning

AFS 1990:18 Omvårdnadsarbete i enskilt hem

Smittskyddslag SFS 2004:168

Ledningssystem för kvalitet och patientsäkerhet i hälso- och sjukvården SOSFS 2005:12

Lag om stöd och service till vissa funktionshindrade LSS SOSFS 2002:9

SOS-rapport 2006 Att förebygga vårdrelaterade infektioner, ett kunskapsunderlag 2006

## **Kontaktpersoner är:**

Inga Zetterqvist, Smittskyddsinstitutet  
Rikshygienjuksköterska  
Telefon 08-457 23 00

Kerstin Belfrage, Vårdförbundet  
Förbundsombudsman  
Telefon 08-14 77 00

Ann Georgsson  
Svenska Kommunalarbetareförbundet  
Förbundsombudsman  
Telefon 010-442 70 00

Sveriges Tvätteriförbund  
[www.tvatteriforbundet.se](http://www.tvatteriforbundet.se)

Beställning genom Vårdförbundet

<https://www.vardforbundet.se/medlem/medlemsbutiken/trycksaker>

Beställning minimum 25st PRIS 3kr/st + Fraktkostnad

ÄGARE AV SKRIFTEN ÄR VÅRDFÖRBUNDET

Reviderad 2011-06-01

Fram till 2010 är broschyren tryckt i 70 000 exemplar

Produktion: Kerstin Mannerquist, Peter Thore och Petra Blomqvist



Foto: Lasse O Persson