

Basala hygienrutiner och klädregler för Nära vård och hälsa och privata vårdcentraler

Syftet med basala hygienrutiner och klädregler är att förhindra vårdrelaterade infektioner (VRI) och förhindra direkt och indirekt smittspridning samt att ge ett gott och professionellt intryck. Hygienreglerna gäller samtliga anställda inom patientnära verksamheter i Nära vård och hälsa + privata vårdcentraler i Uppsala län oavsett offentlig eller privat vårdgivare.

De basala hygienrutinerna och klädreglerna baseras på föreskrifter avseende

- A. Handhygien
- B. Klädregler
- C. Skyddsutrustning

Ledningens ansvar

Arbetsgivaren har enligt arbetsmiljölagen en skyldighet att både tillhandahålla utrustning och materiel som möjliggör en säker arbetsmiljö och att tillse att utrustning och materiel används på avsett vis och i tillämpliga situationer.

Den anställdes ansvar

Den anställda är enligt lagen skyldig att följa gällande föreskrifter samt använda den personliga skyddsutrustning som krävs.

Den anställda är skyldig att följa Region Uppsalas hygienrutiner och klädregler.

Blankett "[Basala hygienrutiner och klädregler](#)" ifylles vid nyanställning

A Handhygien

Underarmar och händer ska hållas fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor/ortoser, lösärmar eller motsvarande. Naglar ska vara korta och fria från konstgjort material såsom nagellack och påbyggda naglar.

Handdesinfektion

Händer och underarmar desinfekteras med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel

- Omedelbart före och efter patientkontakt
- före rent arbete
- efter smutsigt arbete
- före och efter användning av handskar

Handdesinfektionsmedel i originalflaska ska finnas i varje lokal för undersökning, vård och behandling. Handdesinfektionsmedel skall dessutom finnas på toaletter (även allmänna) och i omklädningsrum.

Handtvätt

Händer och underarmar tvättas med vatten och flytande tvål

- när händerna är orena så att det syns eller känns
- efter kontakt med diarrésjuk patient

Händerna torkas ordentligt torra med rent papper. Avsluta med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel på händer och underarmar.

Smycken

Ringar, armband och armbandsur får inte bäras tillsammans med arbetskläder oavsett om man har patientnära arbete eller inte.

Örhängen och andra smycken i piercade hål kan användas om de inte hänger ner i arbetsfältet. Piercing är en risk för kontaktsmitta via händerna om det piercade hålet är infekterat. Läkta piercade hål har ingen påvisad smittrisk. Kontakta arbetsledaren vid tveksamhet.

B Klädregler

Arbetskläder

Alla personalkategorier som vistas i lokaler där patient/brukaremottagning bedrivs samt vid hembesök ska använda arbetsklädsel.

- Arbetskläder ska tillhandahållas av arbetsgivaren och får endast bäras i arbetet inkluderat hembesök och besök på särskilda boenden
- Arbetsgivaren ansvarar för tvätt och förrådshållning av arbetsklädseln.
- Arbetskläderna ska vara kortärmade dvs sluta ovanför armbågen.
- Arbetskläderna ska bytas dagligen. Om de blir förorenade, våta eller om det annars finns behov av det, ska de bytas så snart som möjligt.
- Arbetskläder kombinerade med privata kläder är inte tillåtet med undantag för underkläder, strumpor, kortärmad undertröja, linne och huvudduk/slöja.
- Man får inte röka i arbetskläder. Vårdpersonal får inte sitta ute i gräset i arbetskläder.

Värmeplagg

Värmeplagg tillhandahålls av arbetsgivaren och kan bäras ovanpå arbetskläderna.

Värmeplagg får ej vara långärmade, ska sluta ovanför armbågen.

Värmeplagg ska bytas dagligen.

Ytterplagg vid förflyttning utomhus är tillåtet ovanpå arbetskläderna.

Hår och skägg

Långt hår och skägg ska fästas upp.

Om huvudduk används ska den stoppas ner innanför arbetskläderna vid halsen.

C Skyddsutrustning

Stänkskydd för ansiktet

Vid vårdarbete som medför risk för stänk av kroppsvätskor mot ansiktet används heltäckande visir. Under pandemin med covid-19 ska visiret kompletteras med ett vätskeresistent kirurgiskt munskydd (klass IIR) vid vård av hostande patient. Alternativt kan skyddsglasögon tillsammans med ett vätskeresistent kirurgiskt munskydd (klass IIR) användas som stänkskydd för ansiktet. Detta gäller både vid patientnära arbete och vid laboriearbete. Samma stänkskydd för ansiktet kan behållas vid vård och behandling av flera på varandra följande patienter under förutsättning att stänkskyddet inte vidrörs av händer eller på annat sätt kontamineras. När stänkskydd av engångstyp tas av ska det kasseras. Stänkskydd av flergångstyp ska rengöras och desinfekteras enligt tillverkarens bruksanvisning.

Skyddskläder

Engångs plastförkläde eller engångs vätsketät skyddsrock ska användas utanpå arbetskläderna vid patientnära vårdarbete på mottagning eller hembesök. Om arbetskläderna riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor eller bli våta ska skyddskläder användas. Skyddskläderna är engångs och kan inte återanvändas.

Till patientnära vårdarbete räknas t.ex. vid direktkontakt med patient, undersökning av barn på skötbord, öronspolning, tarm- och gynundersökning, inspektion/ behandling av sår, kirurgiska ingrepp, katetrisering eller andra vårdmoment som riskerar att kontaminera arbetsdräkten.

I första hand används ett ärmlöst plastförkläde. Ett plastförkläde med kort ärm används när ett ärmlöst förkläde inte är tillräckligt för att skydda arbetskläderna. En långärmad skyddsrock eller långärmad plastförkläde används vid kontakt med större mängd kroppsvätskor då armarnas hud också behöver skyddas.

Skyddshandskar

Skyddshandskar ska alltid användas

- Vid risk för kontakt med sår, blod, sekret, urin, avföring eller andra kroppsvätskor
- Vid kontakt med ytdesinfektionsmedel
- Vid stickande och skärande arbetsmoment

Händerna ska desinfekteras

- Före kontakt med handskpaket
- Efter användning av skyddshandskar

Skyddshandskar ska vara avsedda för ändamålet. Skyddshandskar ska inte desinfekteras.

Händerna ska vara torra när skyddshandskarna sätts på. Skyddshandskar är engångs och kastas direkt efter användning. Skyddshandskar ska bytas mellan varje arbetsmoment. Tänk på att inte omväxlande vidröra rena och smutsiga ytor med samma skyddshandske. Detta gäller både vid patientnära arbete och vid laboriearbete.

Litteratur, författningar

[AFS 2018:4](#) Smittrisker Hämtad 2020-08-19

[AFS 2001:3](#) Personlig skyddsutrustning Hämtad 2020-08-19

[SOSFS 2015:10](#) Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien inom hälso- och sjukvården mm. Hämtad 2020-08-19

Folkhälsomyndigheten "[Att förebygga vårdrelaterade infektioner](#)" Hämtad 2020-08-19

Vårdhandboken – [Basala hygienrutiner och arbetskläder](#) Hämtad 2020-08-19

Dokumenthistorik

Författare Birgitta Lytsy

Revideringsdatum 2019-11-19 Birgitta Lytsy ÖL, Anna Lindström hygienssk

förtydligt i texten om användningen av skyddshandskar så att det blir korrekt enligt SOSFS 2015:10

Revideringsdatum 2020-03-23 Anna Lindström hygienssk

Revideringsdatum 2020-07-20 Birgitta Lytsy avsnittet om personlig skyddsutrustning och stänkskydd mot ansiktet.

Revideringsdatum 2021-01-13 Jakob Sparby: förtydligande om stänkskydd för ansiktet

Revideringsdatum 2021-01-14 Anna Gustafsson: Avsnittet om skyddskläder

Revideringsdatum 2021-02-10 Anna Gustafsson: Tillägg av blankett "basala hygienrutiner och klädregler" ifylles vid nyanställning.