

Godkänt: 2020-01-31
Giltigt t.o.m: 2023-01-31

Ver.nr: 3.1
Dnr:

Hygienregler för Region Dalarna

Dessa rutiner bygger på [Vårdhandboken](#)

Syftet med basala hygienregler är att förhindra vårdrelaterade infektioner

De basala hygienreglerna består av föreskrifter avseende

- Handhygien
- Klädsel
- Skyddsutrustning

Ledningens ansvar

Ansvaret för att Region Dalarnas hygienregler är möjliga att följa, efterlevs och fortlöpande kvalitetssäkras åligger arbetsledningen på alla nivåer.

Den anställdes ansvar

Den anställda är enligt arbetsmiljölagen skyldig att följa gällande föreskrifter. Använda den personliga skyddsutrustning som krävs och konsekvent arbeta utifrån basala hygienrutiner

Handhygien

Handvård

Håll naglarna korta och fria från konstgjort material och nagellack. Använd vid behov handbalsam för att förebygga torra och nariga händer.

Handdesinfektion

Händer och underarmar desinfekteras med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel före och efter patientkontakt. Detta gäller även före rent arbete, efter smutsigt arbete samt före och efter användning av handskar. Kupa handen och fyll den med handdesinfektionsmedel. Gnid in medlet överallt på händerna. Börja med fingertopparna, mellan fingrarna och i tumgreppet. Avsluta med underarmarna. Fortsätt gnida tills alkoholen har dunstat och huden åter känns torr.

Handtvätt

Tvätta händerna med ren flytande tvål endast när händerna är synligt smutsiga. Vid vård av patient med gastroenterit ska händerna alltid tvättas. Torka ordentligt torrt med fabriksrent papper. Avsluta med handdesinfektion.

Klädsel

Arbetsdräkt

Arbetsdräkten tillhandahålls av arbetsgivaren som även ansvarar för tvätt av arbetskläderna.

Kortärmad arbetsdräkt ska användas vid all patientkontakt. Mixad klädsel i form av privata kläder och arbetsdräkt får inte förekomma. Arbetsdräkten ska bytas dagligen och så snart den blivit våt eller synligt förorenad. Linne eller kortärmad ren tröja får användas under arbetsdräkten. Överplagg med lång ärm såsom läkarrock eller värmejacka ska inte användas i patientnära vårdarbete. Region Dalarnas klädpolicy innebär att klockor, ringar, förband och motsvarande inte ska bäras vid något tillfälle tillsammans med arbetsdräkten, inte heller vid administrativa uppgifter.

Operationsarbetsdräkt får inte användas i matsal.

Hår och skägg

Långt hår och skägg ska fästas upp på ett sådant sätt att det inte hänger ner i arbetsfältet.

Huvudduk jämställs med hår och snibbarna ska vara instoppade under arbetsdräkten. På vissa arbetsplatser som storkök, operationssal och sterilcentral krävs hårskydd.

Smycken och bandage

Ringar, armband och armbandsur ska inte bäras tillsammans med arbetsdräkt och i samband med vårdarbete. Händer och underarmar ska även vara fria från stödskenor, bandage och motsvarande. Örhängen och andra smycken i piercage hål kan användas om de inte hänger ner i arbetsfältet. Piercing är en risk för kontaktsmitta via händerna om hålet är infekterat, men utgör ingen påvisad smittrisk om hålet är läkt.

Skyddsutrustning

Handskar

Använd alltid handskar vid kontakt med eller risk för kontakt med sår, blod, sekret, urin och avföring. Samt vid orent arbete. Kasta handskarna direkt efter användning. Desinfektera alltid händerna före och efter användning av handskar.

Tänk på att handskar blir förorenade utanpå och då sprider smitta på samma sätt som den obehandlade handen.

Byt handskar mellan olika vårdmoment, även hos samma patient-berör inte omväxlande smutsigt och rent.

Skyddskläder

Engångs plastförkläde eller skyddsrock ska användas om arbetsdräkten riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material under ett vårdmoment. Plastförklädet är patientbundet och är av engångstyp. Skyddsrocken är patientbunden. Den byts dagligen och då den blivit synligt smutsigt eller fuktigt.

Stänkskydd

Använd visir eller skyddsglasögon och munskydd som stänkskydd vid arbete som medför risk för stänk mot ansiktet.

Referenser

[Vårdhandboken](#)

[Socialstyrelsens författning: Basal hygien i vård och omsorg, SOSFS 2015:10](#)
