



Hygiejniske forholdsregler, herunder håndhygiejne

Instruks

Borgermålgruppe: Alle borgere der modtager indsatser i henhold til sundhedsloven	Gældende fra: Januar 2015	Udarbejdet af: Hygiejnegruppen
Gældende for: Medarbejdere, Sundhed og Omsorg Medarbejdere, HOPS Medarbejdere, Private leverandører Medarbejdere, Nordstjernen	Revisionsdato: Januar 2022	Godkendt af: Styregruppe for instrukser
	Næste revisionsdato: Januar 2025	

E-læring

Statens seruminstitut har udgivet e-læring [Værd at vide om hygiejne i primærsektoren](#) . Det anbefales alle ansatte gennemgår e-læringen.

Formål

Primært formål med denne instruks er forebyggelse af smittespredning.

Denne instruks beskriver generelle hygiejniske forholdsregler, som skal følges i alle situationer.

Supplerende infektionshygiejniske ved smitsomme sygdomme findes i separate instrukser i Struer Kommunes instrukssamling.

Desuden kan disse instrukser suppleres med [vejledninger](#) fra MRSA-enheden, samt Supplerende infektionshygiejniske retningslinjer fra Statens Seruminstitut.

"Hurtig oversigt" over generelle og supplerende retningslinjer ser [her](#)

Ansvar og kompetencer

Al personale skal følge retningslinjerne i denne instruks.

Al personale i Struer Kommune ved behov kan rette kontakt til Struer Kommunes hygiejneenhed i Udvikling og Administration via mail sundhed-omsorg@struer.dk.

Hygiejneenheden har den direkte kontakt til MRSA-enheden Region Midt . På MRSA-enhedens [hjemmeside](#) findes vejledninger og kontaktoplysninger.

Definitioner og baggrundsviden

Mikroorganismer så som bakterier og virus kan sprede smitsomme sygdomme blandt personale og blandt borgere på plejecentrene, bosteder og i hjemmeplejen.

Smitemåden er forskellige for de enkelte bakterier og virus, men de smitter oftest på en af nedenstående måder:

- Kontaktsmitte
- Luftbåren smitte
- Blodbåren smitte
- Fødemiddelbåren smitte

Kontaktsmitte:

Smitte, der forekommer ved direkte eller indirekte kontakt med det smittede personalemedlem eller borger.

Kontaktsmitte kan **forebygges** ved:

- Håndhygiejne
- Brug af handsker ved risiko for kontakt med blod, ekskret og sekret
- Uniformshygiejne
- Korrekte procedurer for rengøring og evt. desinfektion

Smitte der spredes via kontaktsmitte er bakterier fx tarm- og hudbakterier og visse virus fx MRSA, Clostridium difficile, Norovirus.

Værnemidler:

- Handsker, plastforklæde evt. langærmet arbejdsdragts-beskyttelse evt. mundbind og visir.

Luftbåren smitte:

Smitte, der forekommer ved at indånde små mikrodråber med smittestof i.

Dråbesmitte **forebygges** ved:

- Håndhygiejne
- Brug handsker
- Uniformshygiejne
- Korrekte procedurer for rengøring og evt. desinfektion
- Brug af mundbind
- Brug af øjenbeskyttelse

Smitte der spredes via luften er virus fx skoldkopper, forkølelse og influenza.

Værnemidler ved risiko for luftbåren smitte er;

- Handsker
- Langærmet arbejdsdragtsbeskyttelse,
- Evt. mundbind og evt. øjenbeskyttelse.

Blodbåren smitte:

Smitte, der forekommer ved direkte kontakt med blod.

Ifølge Sundhedsstyrelsen skal der tages smitteforbyggende forholdsregler ved alle beboere / borgere uanset smittestatus.

Smitte med blod **forebygges** ved:

- Håndhygiejne
- Brug af handsker

Smitte der spredes via blod er Hepatitis B & C samt HIV

Værnemidler ved risiko for blodbåren smitte er:

- Handsker
- Evt. mundbind og evt. øjenbeskyttelse.

Fødemiddelbåren smitte:

Smitte, der forekommer i forbindelse med forkert håndtering af fødevarer, eller ved håndtering med snavsede hænder.

Smitte via fødevarer **forebygges** ved:

- Håndhygiejne
- Evt. brug af handsker
- Korrekt opvarmning
- Korrekt nedkøling
- Korrekte procedurer for rengøring og evt. desinfektion

Håndhygiejne

Håndhygiejne udføres af alt personale, som har borgerkontakt eller som udfører rene eller urene opgaver i såvel primær- som i sekundærsektoren.

- Håndvask udføres, når hænderne er synligt forurenet, ved at skylle hænder under rindende tempereret vand inden håndsæben påføres og fordeles og mekanisk bearbejdes i 15 sekunder. Sæben afskylles omhyggeligt og tørres.
- Hånddesinfektion udføres, på synligt rene og tørre hænder og håndled, med 70-85 % ethanol tilsat et hudplejemiddel og indgives i 30 sekunder på synlig og tørre hænder.

Håndhygiejne skal udføres

- før alle rene procedurer
- efter alle urene procedurer
- efter brug af handsker

Før rene procedurer/opgaver fx:

- før kontakt med patienten
- før brug af handsker og inden handskerne udtages fra handskeholderen
- før pleje-, behandlings- og undersøgelsesopgaver:
 - som fx før kontakt med udstyr/omgivelser (fx sengeheste, sengeborde)
 - før kontakt med hel og brudt hud og slimhinde
 - før aseptiske og invasive procedurer (fx håndtering eller anlæggelse af katetre, dræn, iv adgang)
 - før håndtering af sterilt og desinficeret udstyr
- før måltider og håndtering af madvarer
- mellem uren og ren procedure/opgave hos samme patient.

Efter urene procedurer/opgaver, som fx:

- efter kontakt med patienten
- efter brug af handsker
- efter pleje-, behandlings- og undersøgelsesopgaver

- efter kontakt med udstyr/omgivelser (fx katetre, dræn, iv adgang, sengeheste, sengeborde)
- efter kontakt med hel og brudt hud og slimhinde og kontakt til blod, sekreter, ekskreter og andet organisk materiale, der kan indeholde potentielt patogene mikroorganismer
- efter toiletbesøg, hoste, nys og næsepudsning.

Hånddesinfektion

Skal foretræffes som første valg, når hænder, håndled og underarme er synlige rene og tørre.

- før rene procedurer
- efter urene procedurer, hvor hænder, håndled og evt. underarme ikke er blevet synligt forurenede eller våde
- efter håndvask når hænderne er helt tørre
- før og efter brug af handsker, når hænder, håndled og evt. underarme er synligt rene og tørre
- efter kontakt med patienter med infektiøs diarre, skal der først udføres håndvask efter fulgt af hånddesinfektion.

Håndvask

- efter urene procedurer og efter brug af handsker, hvor hænder, håndled og evt. under- arme er våde og/eller synligt forurenede
- efter kontakt med patienter med infektiøs diarre
- efter toiletbesøg
- før håndtering af fødevarer.

Efter håndvask skal der altid foretages hånddesinfektion, når hænder er helt tørre.

Statens seruminstitut har udgivet e-læring om håndhygiejne. [Værd at vide om håndhygiejne](#)

Værnemidler -Generelle hygiejniske forholdsregler

Du skal bruge værnemidler for at beskytte din hud og slimhinder mod smittestof, værnemidler er:

Handsker, anvendes ved risiko for kontakt med:

- Blod
- Sekret (f.eks. pus, ekspektorat)
- Ekskret (f.eks. fæces, urin)

Forklæde, anvendes ved risiko for forurening i forbindelse med

- Nedre toilette
- Sengebad
- Hjælp til aftørring/vask efter toiletbesøg
- Sårbehandling

Brug langærmet kittel, hvis forklæde uden ærmer ikke skønnes tilstrækkelig

Briller og maske/visir, anvendes ved risiko for

- Stænk og sprøjt i ansigtet
- Ved hosteprovokerende procedurer

Arbejdsdragt, uniform og lignende.

Ansatte som udfører personlig pleje

- Personalet skal bære kortærmet arbejdsdragt ved direkte kontakt til borger
- Må ikke bæres fingerringe, armbåndsure og armbånd.
- Må ikke anvende armstrømpe eller håndskinne.
- Medarbejdere der har sår på hænder og håndled, skal have disse vurderet af nærmeste ansvarlige leder før deltagelse i plejen. Hvis leder godkender at den ansatte kan arbejde, og kan dække et rent friskt sår på hænder og håndled med forbinding, skal der som altid anvendes handsker. Efter endt procedure fjernes handske og evt. forbinding, og der udføres hånddesinfektion + påsættes forbinding.
- Ansatte skal have synligt rene, hele og korte negle.
- Ansatte må ikke anvende neglelak.
- Ansatte må ikke anvende kunstige negle.
- Arbejdsdragt skal skiftes dagligt, og når den er forurenet.
- Arbejdstøjet skal kunne vaskes ved minimum 60 grader
- Hvis arbejdsstedet stiller uniform til rådighed skal denne anvendes

Servering af mad (Bosteder-plejebolig o.l)

En medarbejder skal iføre sig en ren arbejdsbeklædning ved skift fra en mindre ren arbejdsfunktion til en renere arbejdsfunktion. Det betyder at, plejepersonale, der både deltager i den personlige pleje af beboere og behandler fødevarer i køkkenet skal anvende forklæde ved håndtering af fødevarer, f.eks. ved håndtering af middagsmad og aftensmad

Vasketøj

Region Midt har lavet en udførlig vejledning som følges i Struer Kommune

<https://www.auh.dk/afdelinger/klinisk-mikrobiologi/til-fagfolk/regional-mrsa-enhed/generel-infektionshygiejne/vask-af-tekstiler/>

Vask på fælles vaskeri

Alle fælles tekstiler, der anvendes i pleje og behandling skal kunne vaskes ved 90 gr.

Tøj og sengelinned, der vaskes i bosted/plejeboligens fællesvaskeri:

Ved vask af tøj fra flere beboere i samme maskine anvendes vasketemperatur på minimum 90 gr.

Ved lavere temperatur vaskes den enkelte beboeres tøj adskilt fra andre.

Hvis det ikke er en mulighed at vaske beboeres tøj separat og der vælges at vaske flere beboers tøj samlet, kan tilsættes egnet desinfektionsmiddel, jf. regionens vejledning.

Forurenet tøj:

Ved tøj der er forurenet med afføring, urin, opkast, spyt, blod eller sekret, skal hygiejnen skærpes og beboerens tøj vaskes separat ved så høj temperatur som muligt for ikke at ødelægge tøjet.

Kan vasketøj ikke lægges direkte i vaskemaskine, anvendes vandopløselig pose og derefter i mærket vasketøjspose.

Er tøjet vasket ved lavere temperatur end 90 gr. Skal efterfølgende vask være ved 90 gr.

Tøj fra beboere med infektionssygdomme:

Hvis man anser der, er smitterisiko ved sortering i vaskeri, skal alt snavsetøj, såvel vådt som tørt, i vandopløselig pose og derefter i mærket snavsetøjspose. Alternativt bruges almindelig plastpose og derefter kommes tøjet direkte i vaskemaskine uden berøring

Er tøjet vasket ved lavere temperatur end 90 gr. skal efterfølgende vask være ved 90 gr.

Vasketøjskurv

Vasketøjskurven skal være af materiale, der tåler sæbevand. Rengøres efter behov dog minimum en gang månedligt.

Tørt snavsetøj opbevares i vasketøjskurv med mulighed for ventilation, gerne med låg.

Hvis der anvendes tøjpose, må denne ikke blive våd.

Affald og risikoaffald

Affald håndteres urent

Medicinrester og skarpe genstande, (injektionsnåle, skalpeller etc.), samles i gule kanylebokse.

Når boksene er fyldt, forsegles de ved at presse det lille låg "omvendt" på. Vær sikker på kanyleboksen er forsvarligt samlet.

Tomme insulinpenne uden nål, fjernes med almindelig dagrenovation.

Medicinrester skal afskaffes i grå bokse.

Grå bokse og kanylebokse modtages på apoteket.

Rengøring og desinfektion

Rengøring

Rengøring er en proces, der fjerner bakterier. Der sker intet bakteriedrab, men rengøring fjerner støv, smuds og forhindrer opformering af mikroorganismer.

der rengøres altid ved spild af blod, sekret og ekskret efterfølgende desinficeres

Desinfektion

Desinfektion er en metode, der har til formål at inaktivere, dræbe eller fjerne sygdomsfremkaldende mikroorganismer, så det desinficerede område, kan benyttes uden risiko for infektion.

Telefoner og tastatur

Bærbare telefoner og computer tastatur, der anvendes af personer med direkte borgerkontakt rengøres fugtig klud med vand og sæbe eller universalrengøring.

Udstyr som anvendes til flere borgere, fx blodtryksapparat

Rengøres mellem hver borger. Desinficeres, hvis udstyret har været i kontakt med beskadiget hud, eller forurening med sekret e.l.

Dokumentation

Der er ikke krav om dokumentation i forhold til generelle hygiejniske retningslinjer.

Ved smitsomesygdomme dokumenteres efter FSIII-metoden, dvs. udredning i helbredstilstand, indsats og handlingsanvisninger.

Smittefare dokumenteres i skemaet smittefare.

Referencer og lovgivning

Nationale infektionshygiejniske retningslinjer– om generelle forholdsregler i sundhedssektoren
<https://hygiejne.ssi.dk/-/media/arkiv/subsites/infektionshygiejne/retningslinjer/nir/nir-generelle.pdf?la=da>

Nationale infektionshygiejniske retningslinjer– om supplerende forholdsregler
<https://hygiejne.ssi.dk/NIRsupplerende>

Nationale infektionshygiejniske retningslinjer– om håndtering af tekstiler
<https://hygiejne.ssi.dk/NIRtekstiler>

Håndtering og vask af tekstiler i lokalt vaskeri på plejehjem og institutioner i RM
<https://www.auh.dk/afdelinger/klinisk-mikrobiologi/til-fagfolk/regional-mrsa-enhed/generel-infektionshygiejne/vask-af-tekstiler/>

E-læring:

[Værd at vide om hygiejne i primærsektoren](#)

[Værd at vide om håndhygiejne](#)