

# Basala hygienrutiner och klädregler för Akademiska sjukhuset och Lasarettet i Enköping

## Syfte

Syftet med basala hygienrutiner och klädregler är att förhindra smittspridning och vårdrelaterade infektioner (VRI) samt ge ett gott och professionellt intryck.

De basala hygienrutinerna och klädreglerna består av regler avseende:

- A Handhygien
- B Klädregler
- C Skyddsutrustning

## Ledningens ansvar

Arbetsgivaren har enligt lagen skyldighet att tillhandahålla utrustning och material som möjliggör en säker arbetsmiljö och en säker miljö för patienterna. Ledningen har ansvar över att utrustning och material finns i tillräcklig mängd, används på rätt sätt och i rätt situation.

## 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, lösärmar eller motsvarande. Naglarna ska vara korta och fria från konstgjort material såsom nagellack och påbyggda naglar.

## Handdesinfektion

Händerna ska desinfekteras med ett alkoholbaserat handdesinfektionsmedel, omedelbart före och efter varje vård- eller omsorgsmoment, före rent arbete och efter smutsigt arbete samt före och efter kontakt med patientnära ytor och föremål. Händerna ska vara torra innan de desinfekteras.

## 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.

## B Klädregler

Det finns som anställd endast två sätt att klä sig på arbetsplatsen. Antingen bär man arbetskläder eller är man civilklädd. Vid allt patientarbete och allt arbete på laboratorium gäller arbetskläder. Vid administrativt arbete kan man antingen vara civilklädd eller bära arbetskläder.

- Arbetskläder ska tillhandahållas av arbetsgivaren och får endast bäras i arbetet.
- Arbetsgivaren ansvarar för tvätt och förrådshållning av arbetsklädseln.
- Arbetsklädsel får inte bäras till och från arbetsplatsen eller utanför sjukhusområdet.
- 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.
- Vit arbetsdräkt får inte bäras i kombination med operationsarbetsdräkt.
- Klädsel på operationsavdelning och sterilcentral regleras i "[Basala hygienrutiner och klädregler på operationsavdelning Akademiska sjukhuset och Lasarettet i Enköping](#)".

## Värmeplagg

Långärmade värmeplagg av flergångsmaterial är inte tillåtet i Region Uppsala

Som ett komplement till arbetskläderna rekommenderas i första hand en privat kortärmad undertröja under arbetskläderna. Undertröjor och linnen ska endast bäras under arbetskläderna. Privata värmeplagg utanpå arbetskläderna är inte tillåtet.

En kortärmad värmejacka av engångstyp tillhandahålls av arbetsgivaren och kan vid behov bäras ovanpå arbetskläderna. Värmejackans ärm ska sluta ovanför armbågen för att möjliggöra en korrekt handdesinfektion. Värmejackan av engångstyp ska precis som arbetskläderna skyddas av skyddskläder och kastas efter arbetspassets slut.

## Hår och skägg

Långt hår och skägg ska fästas upp.

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

## Smycken

Ringar, armband och armbandsur får inte bäras tillsammans med arbetskläderna.

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 hålet är infekterat, men utgör ingen påvisad smittrisk om hålet är läkt. Kontakta arbetsledaren vid tveksamhet.

## C Skyddsutrustning

### Skyddskläder

Engångs plastförkläde eller engångs vätsketät skyddsrock ska användas utanpå arbetskläderna vid patientnära vårdarbete och vid direktkontakt med patientens säng.

Om arbetskläderna riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material ska skyddskläder användas. Skyddskläder är engångs och kan inte återanvändas.

### Stänkskydd

Vid arbete som medför risk för stänk mot ansiktet används visir eller skyddsglasögon och munskydd som stänkskydd.

### Skyddshandskar

Skyddshandskar ska användas, om händerna riskerar att komma i kontakt med kroppsvätskor samt vid arbete med stickande och skärande föremål. Skyddshandskar ska vara avsedda för ändamålet. Händer desinfekteras före och efter användning av skyddshandskar. 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.

## Litteratur, författningar

[AFS 2018:4](#) Smittrisker Hämtad 2019-02-22

[AFS 2001:3](#) Personlig skyddsutrustning Hämtad 2019-01-08

[SOSFS 2015:10](#) Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien inom hälso- och sjukvården mm. Hämtad 2019-01-08

Folkhälsomyndigheten "[Att förebygga vårdrelaterade infektioner](#)" Hämtad 2019-01-08

Vårdhandboken – [Basala hygienrutiner och personlig hygien](#) Hämtad 2019-01-08