

Handskanvändning och handhygien

Vårdhygien Dalarna



> Handskanvändning och handhygien -diskussionsmaterial

- Ett diskussionsmaterial med citat, reflektionsfrågor och budskap att ta med sig
- Kan användas på arbetsplatsträffar, utbildningar eller andra forum för reflektion och dialog. Använd hela materialet eller välj ut de teman som är mest relevanta för er verksamhet
- Materialet bygger på vanligt förekommande påståenden om basala hygienrutiner, med fokus på handhygien och handskanvändning. Påståendena presenteras som citat och är indelade i sju teman. Varje tema innehåller en diskussionsfråga och budskap att ta med sig
- Syftet är att skapa samtal om attityder, arbetssätt och förutsättningar för att följa basala hygienrutiner i vardagen
- Vid frågor eller funderingar, kontakta Vårdhygien Dalarna

> **Varje gång vi tar på oss ett par handskar gör vi en riskbedömning – medvetet eller omedvetet**



Foto: Region Dalarna

- Ibland bygger den på kunskap
- Ibland på vana
- Ibland på rädsla
- Ibland på omtanke

Det här materialet handlar om att göra medvetna val utifrån den faktiska risken

> Teman

1. Vanliga missuppfattningar
2. Känsla av trygghet och "för säkerhets skull"
3. Felaktig vana och tidspress
4. Rätt förutsättningar
5. Hud och handeksem
6. Riskbedömning i stunden
7. Känslan styr valet



Foto: Mostphotos

Tema 1: Vanliga missuppfattningar

> Tema 1: Vanliga missuppfattningar

"Handskar är ju rena när man tar dem ur förpackningen, då behövs inte handsprit innan"

"Handskar skyddar både mig och patienten, så det är bättre att använda dem lite för ofta än för sällan"

Känner ni igen resonemanget?

Hur tänker ni?

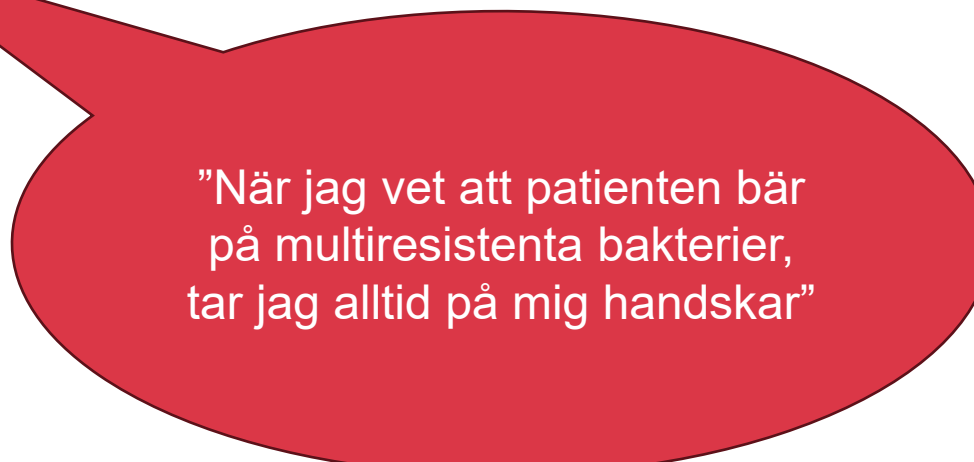
Har ni stött på andra missuppfattningar?

> Budskap att ta med

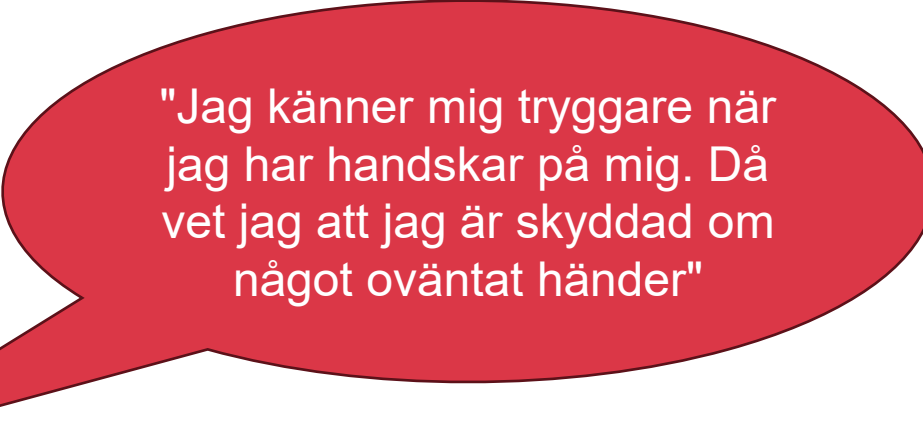
- Det är lätt att tro att handskar minskar smittrisken - men onödig handskanvändning kan ha motsatt effekt
- Handskar förorenas under användning på samma sätt som händer. Skillnaden är att händerna kan desinfekteras mellan olika arbetsmoment – det kan inte handskarna
- Handskar ersätter aldrig handdesinfektion
- En nydesinfekterad hand är ofta renare än en undersökningshandske. Detta förutsätter att det inte finns främmande material på händerna och att handdesinfektionen utförs på rätt sätt
- Du kan inte bli smittad genom hel hud – hel hud är en säker barriär!

Tema 2: Känsla av trygghet och ”för säkerhets skull”

> Tema 2: Känsla av trygghet och "för säkerhets skull"

A red speech bubble with a black outline, containing white text.

"När jag vet att patienten bär
på multiresistenta bakterier,
tar jag alltid på mig handskar"

A red speech bubble with a black outline, containing white text.

"Jag känner mig tryggare när
jag har handskar på mig. Då
vet jag att jag är skyddad om
något oväntat händer"

A red thought bubble with a black outline, containing white text.

Hur tänker ni kring
de här
påståendena?

A red thought bubble with a black outline, containing white text.

Känner ni igen
resonemanget?

> Budskap att ta med

- Den upplevda risken är inte alltid densamma som den faktiska risken
- Att använda handskar "för säkerhets skull" leder till onödig handskanvändning, ökar risken för smittspridning och vårdrelaterade infektioner
- De flesta patientnära arbetsmoment kräver inte handskar. Använd dem när det finns risk för kontakt med kroppsvätskor, kemikalier eller vid stickande och skärande arbetsuppgifter
- Om du följer basala hygienrutiner och har hel hud är risken mycket liten att utsättas för smitta vid patientkontakt
- Det är i regel ingen risk för dig att ta i en patient utan handskar, även om patienten har en känd smitta eller upplevs som ofräsch
- Om du skulle få kroppsvätska på huden är det sällan farligt. Tvätta området med tvål och vatten, torka huden och desinfektera därefter händer och annan exponerad hud

Tema 3: Felaktig vana och tidspress

> Tema 3: Felaktig vana och tidspress

"Ibland hoppar jag över handspriten. Jag hinner inte låta händerna torka och dessutom är det krångligt att få på handskarna när händerna är fuktiga"

"Jag skulle hjälpa till en snabbis, så då blev det inte att jag spritade händerna innan"

När är det svårast att följa basala hygienrutiner?

Vilka genvägar är vanligast på er arbetsplats?

> Budskap att ta med

- Om handskar bara används när de verkligen behövs minskar förbrukningen. Det gynnar både ny desinfekterad miljön, ekonomin och dina händer. Dessutom frigörs tid som kan användas för att utföra handdesinfektion på rätt sätt, vilket är det effektivaste sättet att förebygga smittspridning och vårdrelaterade infektioner
- Gnid in händerna med handspriten så att den sprids ut över hela händerna. Då torkar spriten snabbare, att vifta med händerna påskyndar inte torkprocessen
- De där 30 sekunderna det tar för handspriten att torka spelar roll – det är ungefär så lång tid det tar för handdesinfektionen att ge optimal smittreducerande effekt
- Passa på att prata med patienten och berätta vad du ska göra, medan desinfektionen torkar

Tema 4: Rätt förutsättningar

> Tema 4: Rätt förutsättningar

A red speech bubble with a tail pointing towards the top left.

"Handsprit finns ju, men inte där jag behöver den. När det krävs några extra steg är det lätt att den prioriteras bort ibland"

A red speech bubble with a tail pointing towards the bottom left.

"Det finns inte tid att sprita händerna mellan alla moment"

A red thought bubble with a tail pointing towards the bottom right, followed by three smaller red circles.

Håller du med?

Vilka hinder gör det svårt att följa rutinerna?

> Budskap att ta med

- Du är en viktig del i verksamhetens ständiga förbättringsarbete! Prata med din chef om du har förslag på vad som skulle kunna förbättra och underlätta följsamhet till hygienrutiner. Små förändringar i organisation och arbetsflöden kan göra stor skillnad för följsamheten
- En god hygienkultur är ett gemensamt ansvar. Medarbetarna ska följa basala hygienrutiner och klädregler, medan verksamheten behöver skapa förutsättningar genom kunskap, utrustning och ett aktivt förbättringsarbete. Att följa upp och säkerställa att basala hygienrutiner och klädregler efterlevs är också en viktig del av verksamhetens ansvar
- Basala hygienrutiner ska vara så enkla som möjligt att följa i det dagliga arbetet. Nära tillgång till handdesinfektion och skyddsutrustning är en förutsättning för att basala hygienrutiner ska fungera
- I vissa situationer kan det vara svårt att få till fungerande arbetssätt så att det både blir praktiskt och lätt att göra rätt. Kontakta gärna Vårdhygien för stöd
- Återkommande utbildning och praktisk träning bidrar till säkrare arbetssätt och ökad följsamhet till basala hygienrutiner
- Att regelbundet reflektera över arbetssätt tillsammans i arbetsgruppen stärker en god hygienkultur

Tema 5: Hud och handeksem

> Tema 5: Hud och handeksem

"När händerna är torra och såriga svider det när jag spritar dem. Då väljer jag handskar istället"

**Hur hittar vi
balansen mellan
god handhygien
och friska händer?**

"Mina händer känns renare efter tvätt med tvål och vatten än efter handdesinfektion"

> Budskap att ta med

- Känslan av renhet och faktisk renhet är inte alltid samma sak. Den strama känslan efter handtvätt beror på att huden torkas ut av både tvålen och vattnet, medan handdesinfektion innehåller mjukgörande ämnen som hjälper till att bevara hudens naturliga barriär
- Tvål och vatten verkar genom att lösa upp smuts och skölja bort mikroorganismer från huden.
- Handdesinfektion dödar bakterier och inaktiverar många virus genom alkoholens antimikrobiella effekt
- Handdesinfektion är förstahandsvalet i de allra flesta situationer. Det finns dock några undantag:
 - Om händerna är synligt smutsiga ska de först tvättas med tvål och vatten och därefter desinfekteras händerna. Detta då smuts och organiskt material kan minska handdesinfektionens effekt
 - Vid vård av patienter med diarré eller kräkningar ska händerna ska tvättas med tvål och vatten för att skölja bort smittämnen. Avsluta alltid med handdesinfektion. Exempel på mikroorganismer där handdesinfektionen har sämre effekt är calicivirus (vinterkräksjuka) och *Clostridioides difficile*

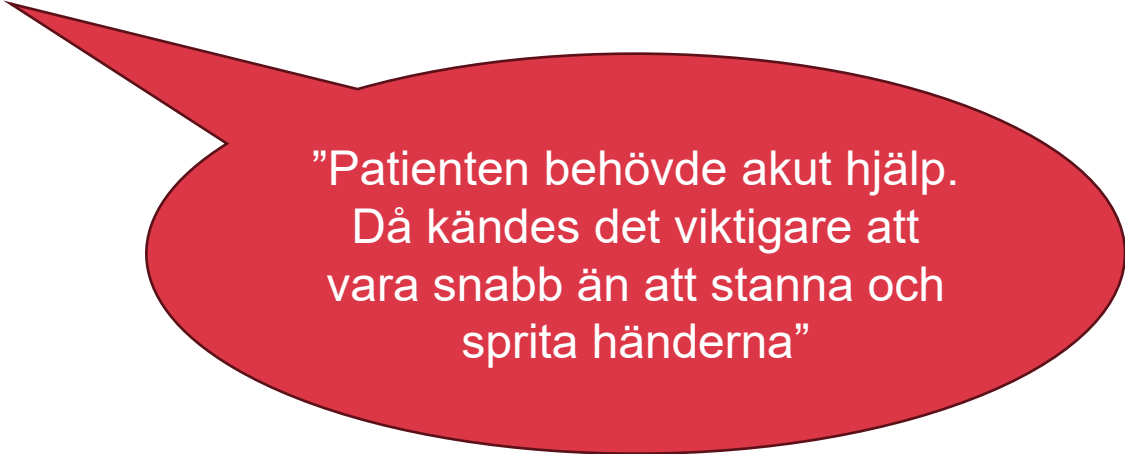
> Budskap att ta med

Handskar -skydd för händerna eller belastning för huden?

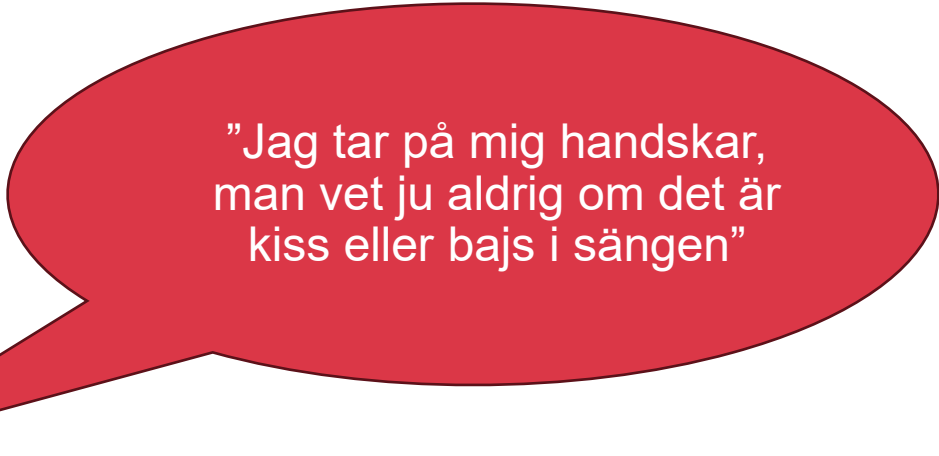
- Handskar skyddar inte mot handeksem. Tvärtom kan långvarig eller onödig handskanvändning göra huden varm och fuktig. Tvålrester eller andra ämnen som finns kvar på huden under handsken kan då irritera huden. Detta ökar risken för hudirritation och eksem
- Använd handskar bara när de behövs. Genom att begränsa användningen minskar den tid huden utsätts för en varm och fuktig miljö
- Handskar ersätter aldrig handdesinfektion. Händerna ska desinfekteras före handsken tas på och efter att de tagits av
- Ta hand om dina händer. Friska händer med en intakt hudbarriär är en viktig förutsättning för att kunna arbeta säkert och förebygga smittspridning

Tema 6: Riskbedömning i stunden

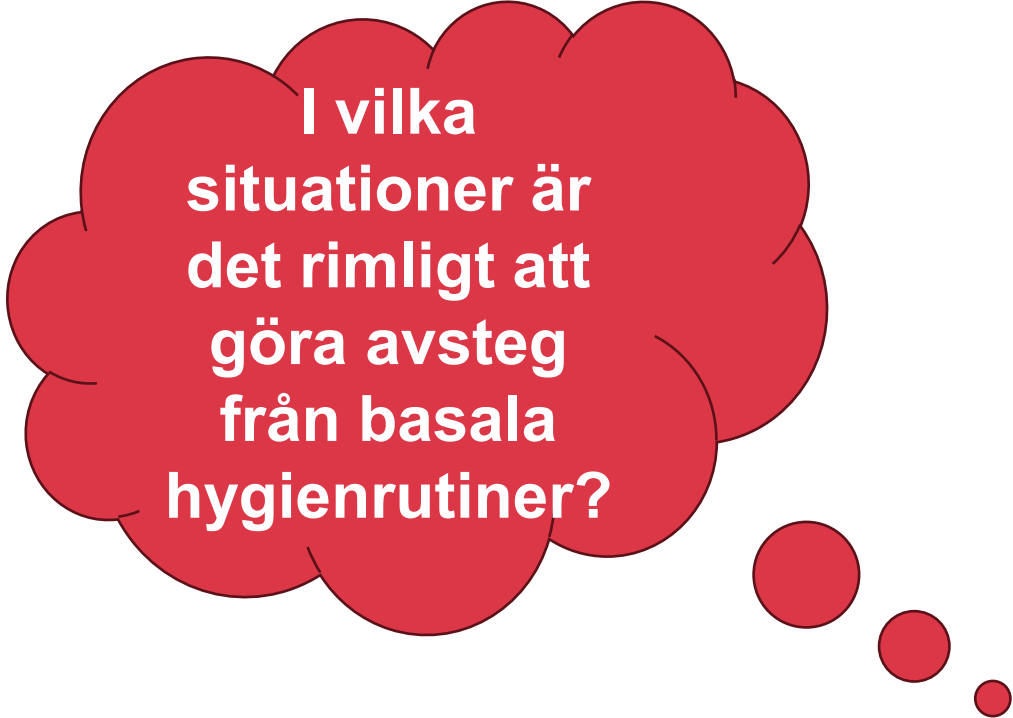
> Tema 6: Riskbedömning i stunden

A red speech bubble with a tail pointing towards the top left.

"Patienten behövde akut hjälp.
Då kändes det viktigare att
vara snabb än att stanna och
sprita händerna"

A red speech bubble with a tail pointing towards the bottom left.

"Jag tar på mig handskar,
man vet ju aldrig om det är
kiss eller bajs i sängen"

A red thought bubble with a cloud-like shape and three small circles trailing off to the right.

**I vilka
situationer är
det rimligt att
göra avsteg
från basala
hygienrutiner?**

> Budskap att ta med

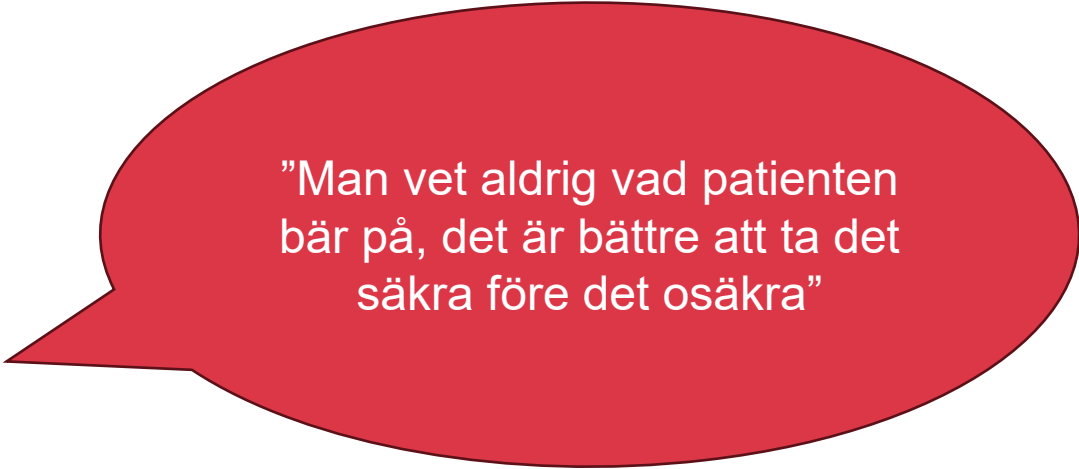
- Patientens behov kan ibland kräva ett omedelbart ingripande. I en akut situation ska liv och hälsa prioriteras. Så snart situationen är under kontroll ska basala hygienrutiner återupptas
- Basala hygienrutiner bygger på medvetna riskbedömningar – inte på rutinmässig användning av skyddsutrustning
- Gör en riskbedömning utifrån den aktuella situationen om handskar behöver användas – inte utifrån vad som eventuellt skulle kunna hända
 - Finns det en förväntad risk för kontakt med kroppsvätskor? Då används handskar.
 - Finns ingen sådan risk? Då är handdesinfektion tillräckligt
 - Om situationen plötsligt förändras kan du alltid avbryta, desinfektera händerna och ta på handskar innan arbetet fortsätter

Tema 7: Känslan styr valet

> Tema 7: Känslan styr valet

A red speech bubble with a tail pointing towards the top left.

"Jag tycker att handskarna känns bra för att skydda patientens integritet vid omvårdnad"

A red speech bubble with a tail pointing towards the bottom left.

"Man vet aldrig vad patienten bär på, det är bättre att ta det säkra före det osäkra"

A red thought bubble with a tail pointing towards the bottom right.

Tar jag på mig handskar för att skydda mot en faktisk smittrisk – eller för att skapa en känsla av distans eller trygghet?

> Budskap att ta med

- Basala hygienrutiner och klädregler bygger på att smittämnen finns överallt. Därför desinfekteras händerna före och efter patientkontakt, före rena arbetsmoment och efter orena moment – oavsett vilken patient vi möter
- Använd handskar vid risk för kontakt med kroppsvätskor. De skyddar händerna mot stora mängder smittämnen, så att handdesinfektionen efteråt kan ge avsedd smittreducerande effekt
- Vi kan ibland uppleva att handskar gör situationen mindre obekväm, men patienten kan uppleva motsatsen
- Beröring är en viktig del av omvårdnaden. En hand utan handske kan förmedla närvaro, trygghet och respekt
- Patientens integritet skyddas främst genom ett respektfullt och professionellt bemötande samt god kommunikation – inte genom handskar
- Reflektera och använd handskar av rätt anledning



Referenser och mer information hittas här:

- [Basala hygienrutiner – Socialstyrelsen](#)
- [Basala hygienrutiner – Vårdhandboken](#)
- [Handeksem - förekomst, risker och förebyggande åtgärder med fokus på våtarbete och vissa allergiframkallande ämnen, Kunskapssammanställning, Rapport 2012:8 - Arbetsmiljöverket](#)
- [Handskar, när ska de användas och inte? APT-material framtaget av Hållbarhetsavdelningen och Vårdhygien Dalarna \(Intralänk\)](#)
- [Om handhygien och handskar i vård och omsorg - Rena händer räddar liv - Folkhälsomyndigheten](#)
- [Risker i arbetsmiljön \(AFS 2023:10\), föreskrifter – Arbetsmiljöverket](#)

Använd handskar klokt
-för din egen, patientens och antibiotikans skull

