**Handhygiene**

1. **Hensikt og omfang**

Hensikta med prosedyren er å hindre smitteoverføring og førebygge helsetenesteassosierte infeksjonar.

1. **Ansvar**

Leiar er ansvarleg for at prosedyren er gjort kjend og blir følgt.

Tilsette har ansvar for å holde seg fagleg oppdatert og være kjend med prosedyra.

1. **Framgangsmåte**

Tilsette skal i arbeidstida ikkje ha på seg ringer, armbandsur, armband, neglelakk, lausnegler og neglesmykke. Negler skal være kortklipte.

Handhygiene skal utførast i tråd med FHI sine anbefalingar:

* før pasientkontakt
* før rene og/eller aseptiske prosedyrar
* etter kontakt med kroppsvæsker
* etter pasientkontakt eller kontakt med pasientens omgjevnader

[Plakat: Håndhygiene-til rett tid](https://www.fhi.no/globalassets/bilder/smitte/handhygiene/tegnehanne/handhygiene-til-rett-tid-plakat-tegnehanne-2020.pdf) (Folkehelseinstituttet)

# Handdesinfeksjon

Alkoholbasert handdesinfeksjon 70-90% tilsett mjukgjerande middel (ikkje skum),  er førsteval.

Hendene skal være tørre når desinfeksjonsmiddel påførast.

Framgangsmåte: (sjå [plakat «Hånddesinfeksjon trinn for trinn»](https://www.fhi.no/publ/plakat/hand-desinfeksjon-trinn-for-trinn-plakat/) (Folkehelseinstituttet))

1. Tilsett tilstrekkeleg mengde med desinfeksjonsmiddel slik at alle overflater på hendene blir godt fukta.
2. Gni middelet inn på alle flater av handa inkludert handledd, tomlar, mellom fingre, baksida av hendene og fingertuppar
3. Gni til hendene er tørre. Effekten av handdesinfeksjon er først oppnådd når hendene er heilt tørre

# Handvask

Skal utførast når hendene er synleg forureina med organisk materiale, etter toalettbesøk og ved mistanke om smitte med Clostridoides difficile eller Norovirus. Dersom man bruker hanskar, er truleg både handdesinfeksjon og handvask like eigna som metode for handhygiene ved for eksempel Norovirus.

Framgangsmåte: (sjå [plakat «Håndvask med såpe og vann](https://www.fhi.no/publ/plakat/handhygiene--handvask-trinn-for-tri/) » (Folkehelseinstituttet)

* Fukt hender i lunka, rennande vatn. Inkluder handledd og ved behov underarmar
* Tilsett tilstrekkeleg mengde såpe. Det skal være nok såpe til å dekke begge hender
* Spre såpe over alle flater på begge hender. Husk handledd, tomlar, mellom fingre, baksida av hendene, fingertuppar og ved behov underarmar.
* Skyl hender grundig under rennande, lunka vatn
* Klapptørk hendene godt med tørkepapir
* Steng kran med det brukte papiret
* Å utføre effektivt handvask tar 40-60 sekunder

# Hudpleie

Patogene mikrobar blir lettare kolonisert i hud som har sår og sprekker. Førebygging av hudproblem hos tilsette er derfor eit viktig infeksjonsførebyggande tiltak.

Dette oppnår ein ved:

* bruk av handdesinfeksjonsmiddel i staden for handvask, der det er mogleg
* vatntemperatur under 30C
* mjukt tørkepapir
* tilgjengeleg på og hyppig bruk av handpleiemiddel

# Handhygiene for bebuarar

Bebuarar må bli informert om at god handhygiene er viktig, bli oppfordra til bruk av handdesinfeksjon og få nødvendig opplæring i riktig gjennomføring. Det må praktisk bli tilrettelagt for at bebuarar kan utføre handhygiene når nødvendig.

Bebuar bør få tilbod om handhygiene:

* før måltid
* etter toalettbesøk
* etter kontakt med sårbandasje, kateter, dren og liknande

Sengeliggande bebuarar bør og få tilbod om handhygiene.

1. **Referansar**

[Folkehelseinstituttet. Håndhygieneveilederen](https://www.fhi.no/nettpub/handhygiene/)

[Folkehelseinstituttet. Nasjonal veileder for basale smittevernrutiner](https://www.fhi.no/nettpub/nasjonal-veileder-for-basale-smittevernrutiner/)