



# Hygienregler

*Gäller för personal och studerande inom hälso-sjuk och tandvård i Region Jämtland Härjedalen som utför undersökning, vård eller behandling.*

1. Endast arbetskläder från Region Jämtland/Härjedalen får användas. Arbetskläderna ska ha korta ärmar. Egen kortärmad tröja får användas under arbetsdräkten. Arbetskläderna ska bytas dagligen samt då de blivit våta eller synligt förorenade.
2. Händerna och underarmarna ska vara fria från armbandsur, smycken, bandage, förband, stödskenor eller motsvarande. Detta för att korrekt handdesinfektion ska kunna genomföras.
3. Händerna ska desinfekteras med alkoholbaserat handdesinfektionsmedel, omedelbart före och efter varje direktkontakt med en patient.
4. Händerna ska desinfekteras både före och efter användning av handskar.
5. Händerna ska, om de är synligt smutsiga, tvättas med vatten och flytande tvål innan de desinfekteras.
6. Vid vård av patient med gastroenterit ska händerna tvättas med vatten och flytande tvål före desinfektion. Händerna ska vara torra innan de desinfekteras.
7. Engångsförkläde eller skyddsrock ska användas, om det finns en risk för att arbetskläderna kommer i kontakt med kroppsvätskor eller annat biologiskt material.
8. Handskar ska användas vid kontakt med eller risk för kontakt med kroppsvätskor så som blod, urin, avföring, kräkning.
9. Handskarna ska tas av direkt efter ett arbetsmoment och bytas mellan olika arbetsmoment.
10. Långt hår och skägg ska fästas upp. Om huvudduk används ska den sitta säkert, inte ha några löst nedhängande delar och vara synligt ren.
11. Naglarna ska vara korta och fria från konstgjorda material.
12. Medarbetare med sår eller eksem ska rapportera detta till sin chef, som bedömer om vederbörande behöver tillfälligt omplaceras.
13. Vid diarré eller andra tecken på mag-tarminfektion stanna hemma.

## Ledningens ansvar:

- Ansvaret för att hygienreglerna ska bli möjliga att följa åvilar enligt arbetsmiljölagen (AFS 2005:1 och AFS 2012:7) arbetsledningen på alla nivåer.

## Den anställdes ansvar är:

- att följa Socialstyrelsens föreskrift ([SOSFS 2015:10](#)) om basal hygien i vård och omsorg.
- att känna till och följa basala hygienrutiner och klädregler enligt [Vårdhandboken](#).
- att använda den personliga skyddsutrustning som behövs
- att hålla sig informerad om Region Jämtland Härjedalens policy gällande multiresistenta bakterier (MRB) och att följa fastställt handlingsprogram för att minimera risken för uppkomst och spridning av MRB.