



Del 2

2.2 Hygiene

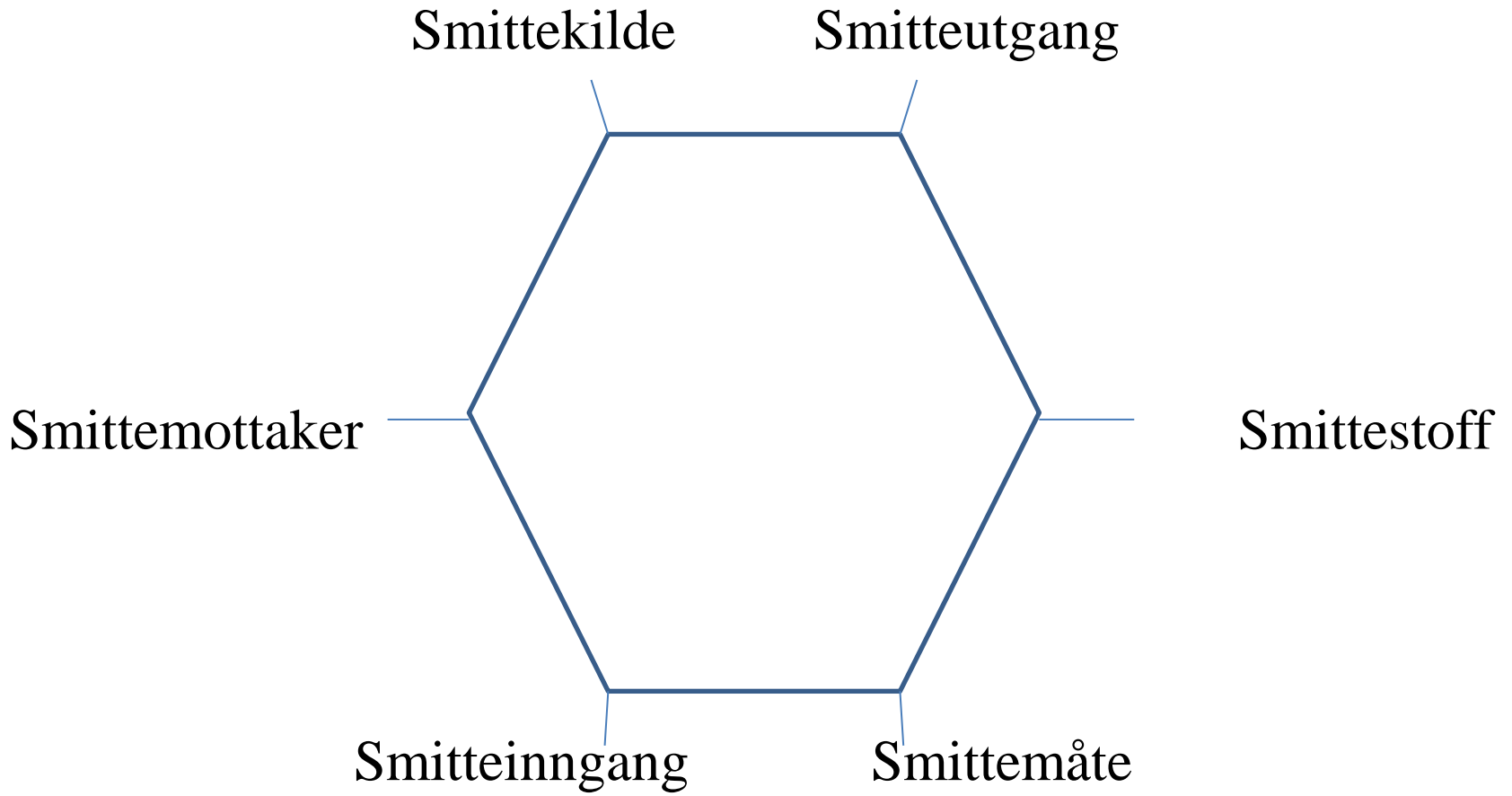
DETTE MÅ JEG KUNNE
introduksjon til helse- og omsorgsarbeid

Forebygging av smitte

- Ha god håndhygiene
- Bruk rent arbeidstøy
- Sørg for at alt utstyr du bruker er rent



Smittekjeden



Dette må jeg kunne, introduksjon til helse- og omsorgsarbeid

Smitte

Smitte stoff

*Er alltid en mikroorganisme,
vanligst er bakterier og virus*

Smittekilde

*Smittekilden er der hvor de skadelige
mikroorganismene finnes*

Smitteutgang

*de stedene hvor vi skiller ut væske
nesen, munnen, øynene, endetarmen, kjønnsorganer og sår*

Smittevei eller smittemåte

- Direkte og indirekte kontakt
berøring, kyss eller via gjenstander
- Luft- og dråpesmitte
nyser, puster
- Smitte fra tarm til munn
smitte i drikkevann, matvarer
- Blodsmitte
urene sprøyter, sår og slimhinner

Smitte

- Smitteinngang
*der hvor smittestoffet kommer inn i kroppen
samme som smitteutgang*
- Smittemottaker
den som blir smittet
- **For å forbygge smitte, må vi bryte
smittekjeden i ett eller flere av leddene.**

Håndhygiene

God håndhygiene er det aller viktigste du kan gjøre for å forebygge smitte

Husk å ta av ringer, piercing, armbånd, klokke, neglelakk og kunstige negler når du er på jobb

Du skal utføre håndhygiene

- når du kommer på jobb
- før rent arbeid og etter urent arbeid
- etter at du har tatt i urene gjenstander
- før og etter direkte kontakt med bruker
- før og etter kontakt med mat
- etter arbeid på skyllerommet
- før og etter toalettbesøk
- etter at du har nyst, hostet eller pusset nesen

Hvordan skal du utføre håndhygiene?

- *Håndhygiene er enten å vaske hendene med såpe og vann eller å desinfisere dem med et alkoholbasert desinfeksjonsmiddel*
- Hånddesinfeksjon er det mest effektive når hendene er tørre og ikke er synlig forurenset.
- Ved synlig forurensing skal du alltid vaske hendene med såpe og vann.

Bruk av engangshansker

- Bruk alltid engangshansker når du hjelper en bruker med
tannpuss
munnstell
å vaske seg nedentil
- Bruk alltid engangshansker når du arbeider på skyllerommet

Arbeidstøy

- Rent arbeidstøy er nødvendig for å forebygge smitte
- Til arbeidsantrekket hører
Overdel, bukser og sko
- Krav til arbeidstøy
Tåler vask på 85 C
Rent tøy vær dag
Stellefrakk eller plastforkle i personlig stell
- Klær og sko skal bare brukes på jobb



Illustrasjonsfoto –
personen er modell

Krav til deg på jobb

- God personlig hygiene
- Ikke sterk parfyme eller mye sminke
- Ta av ringer, smykker, klokke, armbånd og piercinger
- Sett opp langt hår eventuelt samle det i strikk
- Ha rent og kortklippet skjegg

Skyllerom

- På sykehjem har man skyllerom hvor bl.a. bekken og vaskefat oppbevares og hvor det foregår rengjøring og desinfeksjon
- Ren og uren sone
- Prinsippene for rengjøring og desinfeksjon er de samme over alt
- Rutinene kan variere fra sted til sted.

Rutiner

Sett deg inn i rutinene på din arbeidsplass.

Hvilke rutiner har arbeidsplassen din for:

- avfallssortering
- risikoavfall
- sortering av skittentøy
- smittetøy
- vask av brukernes privattøy
- desinfeksjon av termometer