



## Håndhygiene - hånddesinfeksjon og håndvask

D07293

Utgave:  
6.03Gjelder fra:  
11.07.2024

Side 1 av 2

### Hensikt og omfang

Sikre en korrekt håndhygiene slik at smitteoverføring via hender forhindres. God håndhygiene regnes som det viktigste enkelttiltaket for å forebygge smittespredning.

### Ansvar

Leder har ansvar for å gjøre prosedyren kjent, etterleves i praksis og påse at det er tilstrekkelig med håndhygienefasiliteter.

Hver enkelt ansatt har ansvar for å etterleve prosedyren i praksis.

### Handling

En forutsetning for å oppnå korrekt håndhygiene er at hendene er uten ringer, armklokke, armbånd, lange negler, neglelakk eller løse negler.

### Fire indikasjoner for håndhygiene

- Før berøring av pasient eller gjenstander i pasientens nærmeste omgivelser
- Umiddelbart før rene/aseptiske oppgaver
- Umiddelbart etter kontakt med kroppsvæsker (også når hansker har vært benyttet)
- Når man forlater pasienten, etter berøring av pasient eller gjenstander i pasientens nærmeste omgivelser

### I tillegg skal håndhygiene utføres

- Før og etter hanskebruk
- Etter opphold i desinfeksjonsrom, håbdtering av avfall og urent utstyr
- Etter toalettbesøk
- Etter å ha hostet eller nyst i hendene, eller pusset nesene
- Før man går inn på rene områder som kjøkken, rene lager, sterilt lager, eller medisinerrom
- Før tilberedelse av mat eller spise mat
- Før man går inn eller ut av en avdeling

### Hånddesinfeksjon:

Hånddesinfeksjon er anbefalt som første valg hvis hendene er synlig rene og tørre. Bruk tilstrekkelig mengde hånddesinfeksjonsmiddel tilpasset dine hender og gni alle flater; håndflate, håndbak, fingertupper/negletupper, tommer, mellom fingre og rundt håndledd. Gni i 20-30 sekunder til huden er tør. Dette er viktig for å oppnå optimalt mikrobedrap og for å forebygge sår/sprekker i huden.

### Håndvask utføres:

- Når hendene er synlig tilsølt eller er våte
- Ved Norovirus eller ved sporedannende bakterier, som *Clostridioides difficile*.

- Ved uhell med blod eller kroppsvæsker, dersom hansker ikke er brukt eller det har gått hull på hanskene
- Etter måltider / håndtering av næringsmidler
- Etter toalett besøk

Bruk 40-60 sekunder fra start til slutt. Skyll hendene i lunket vann, ta rikelig med såpe og skumvask alle deler av hendene som beskrevet under hånddesinfeksjon. Skyll godt og klapptørk hendene med tørkepapir, skru av kranen med tørkepapiret.

### **Håndhygiene, pasient og pårørende**

Det må legges til rette for at alle som oppholder seg i institusjonen får mulighet til å utføre håndhygiene og får informasjon om viktigheten av dette. Beboere/pasienter bør alltid få tilbud om å utføre håndhygiene før måltider.

Helsepersonellet tilrettelegger og eventuelt hjelper sengeliggende beboere/pasienter til å få utført håndhygiene.

### **Krav til håndhygienemidler:**

- Hånddesinfeksjonsmiddel må oppfylle kravene i NS-EN1500:2013 (Norsk standard) i Helsesektoren.
- Hånddesinfeksjonsmiddel skal være basert på 70% -90 % etanol eller 60% isopropanol og tilsatt et stoff som hindrer uttørking av huden (Glyserol).
- Hånddesinfeksjonen skal være i flytende eller i gel form, **skum er ikke godkjent** til bruk Helsesektoren.
- Papirhåndkle bør være av god kvalitet, mykt og ha god absorberingsevne. Resirkulert papir skal ikke brukes i helsetjenesten da dette inneholder limstoffer og ikke er tilstrekkelig rent.
- Hånddesinfeksjon, håndsåpe, håndkrem og papirhåndklær **skal** monteres i dispenser på vegg.

### **Referanser**

[EX.01.02-03](#)

[Basale smittevernrutiner - Usterile engangshansker](#)

[EX.01.02-06](#)

[Plakat - håndhygiene til rett tid](#)

[Håndhygieneveilederen - FHI](#)

[Basale smittevernrutiner - FHI](#)

[Håndhygieneveilederen - FHI](#)

[Håndhygiene: Filmer, presentasjoner, quiz og registreringsskjema - FHI](#)

[Clostridioides difficile \(Clostridium difficile\)-infeksjon - FHI](#)