

Hygienanvisningar för sjukhuspatienter

Den här anvisningen innehåller råd om hur du som patient kan förhindra vårdrelaterade infektioner och att mikrober sprids.

Med vårdrelaterad infektion avses en infektion som patienten får i samband med en behandling eller ett ingrepp på sjukhuset. En vårdrelaterad infektion är till exempel en infektion i operationssåret eller lunginflammation, urinvägsinfektion eller diarré som uppkommer under sjukhusvården. Vårdrelaterade infektioner är mycket vanliga och kan leda till att återhämtningen fördröjs. Ibland är infektionerna allvarliga, men lyckligtvis endast sällan.

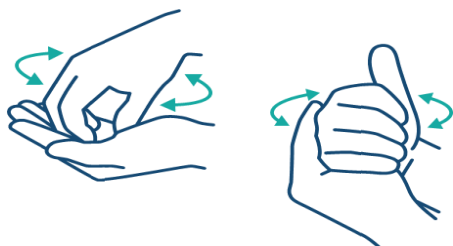
Det är viktigt att på sjukhuset förebygga spridningen av bakterier som är resistenta mot antimikrobiella läkemedel och av virus som orsakar luftvägsinfektioner och diarré.

Det effektivaste sättet att förebygga vårdrelaterade infektioner och bekämpa spridningen av mikrober är att använda alkoholbaserat handsprit och att undvika beröring som inte anknyter till vården, såsom att skaka hand.

Så här använder du handsprit



Ta två tryckningar handsprit med torra och rena händer. Bred ut handspriten jämnt över händerna.



Kom ihåg fingertopparna och desinficera även tummarna. Massera tills händerna är torra

Använd handsprit alltid

- när du kommer till eller lämnar avdelningen, polikliniken eller patientrummet
- efter att du hostat och snutit dig
- före måltider
- i samband med toalettbesök efter att du tvättat händerna med tvål och vatten och torkat dem väl
- före och efter att du självständigt skött ett sår, samt efter att du hanterat en urinkateter eller ett dräneringsrör
- efter att du haft besök

Utöver att använda handsprit, ska du:

- Hosta i en näsduk eller i din ärm. Efter att du hostat och snutit dig i näsduken, kasta näsduken i ett sopkärl och desinficera händerna med handsprit.
- Undvik att röra vid katetrar, dräneringsrör, kanyler och sårförband i onödan. Kasta använda och smutsiga sårförband i ett sopkärl.
- Lagra inte mat på patientbordet, eftersom föråldrad mat lätt kan orsaka magsjuka.
- Borsta tänderna och rengör din tandprotes varje morgon och kväll.
- Undvik att lägga tandborsten och/ eller tandprotesen på lavoarkanten i toalett- och duschrummet. Be vid behov om en separat mugg för detta. Förvara alltid tandborsten och/eller protesen på patientbordet eller i bordslådan.
- Stäng toalettlocket innan spolning
- Tvätta dig alltid med rinnande vatten.
- Personalen som vårdar dig ska desinficera sina händer ofta. Skyddshandskar behövs inte hela tiden, utan i de flesta fallen räcker det med att desinficera händerna.