



ALLE MANN TIL PUMPENE

Håndhygiene og hanskebruk i tannhelsetjenesten

Nasjonal arbeidsgruppe for markering av 5. mai

Revidert februar 2020

Disposisjon

- Hvordan bør håndhygiene utføres?
- Forutsetninger for effektiv håndhygiene
- Når bør håndhygiene utføres?
 - Håndhygiene til rett tid – indikasjoner for håndhygiene
- Hansker
 - Type hansker
 - Indikasjoner for bruk av hansker
 - Hansker og smitterisiko
 - Hvordan ta på og av hansker
 - Bruk av pinsett



Hvordan skal håndhygiene utføres?

Håndvask eller hånddesinfeksjon?



Foto: Colourbox

Hånddesinfeksjon

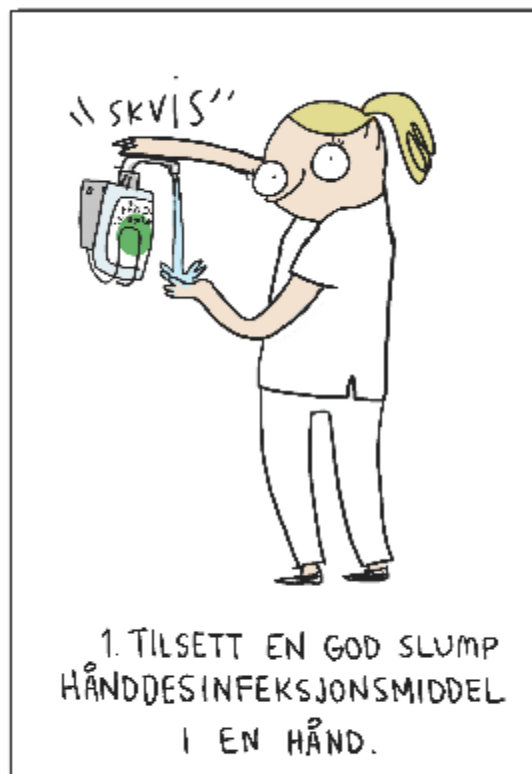
Bruk av etanolbasert hånddesinfeksjonsmiddel, i flytende eller gel form, er i de fleste situasjoner anbefalt metode for håndhygiene i helsetjenesten.

Hånddesinfeksjon er anbefalt fordi:

- det er mer effektivt enn såpe og vann mot de fleste mikroorganismer
- det tar kortere tid enn håndvask med såpe og vann
- det er lettere å gjennomføre der man arbeider («point of care»)
- det er mer skånsomt for huden på hendene enn håndvask



Hånddesinfeksjon på 1-2-3





Håndvask

Hånddesinfeksjon har redusert effekt mot noen mikroorganismer og når man har organisk materiale på hendene. Håndvask med såpe og lunkent vann skal derfor benyttes når:

- Hendene er synlig skitne eller tilsølt med organisk materiale som kroppsvæsker og mat.
- Ved kjent eller mistenkt smitte med sporedannede bakterier som *Clostridium difficile*.
- Ved kjent eller mistenkt smitte med nakne virus som norovirus, når hansker ikke er benyttet.
- Etter toalettbesøk.
- Etter kontakt med kjemikalier.



Håndvask

- Fukt hendene.
- Benytt tilstrekkelig med flytende såpe.
- Fordel såpen godt over begge hender. Husk tommer, rundt negler, håndledd og mellom fingre.
- Skyll hendene godt under rennende vann.
- Tørk hendene helt tørre med engangs tørkepapir.

Totalt 40-60 sekunder

*[lenke til opplæringsfilm](#)

Håndvask

MED SÅPE OG VANN

Totalt 40-60 sekunder

0

Fukt hendene med vann.

1

Tilfør tilstrekkelig såpe til å dekke begge hendes overflater.

2

Gni håndflatene mot hverandre.

3

Gni høyre håndflate over venstre håndbak inkludert mellom fingrene, og motsatt.

4

Gni håndflatene mot hverandre med fingrene flettet.

5

Gni baksiden av fingrene mot motsatt håndflate, med sammenlåste fingre.

6

Grip med høyre hånd rundt venstre tommel og gni med roterende bevegelser, og motsatt.

7

Plasser fingrene på høyre hånd i venstre håndflate og gni i roterende bevegelser, og motsatt.

8

Skyll hendene under rennende vann.

9

Tørk hendene grundig med engangs-håndkle

10

Benytt håndkle til å skru av vannet.

11

... og du har rene hender

Basert på 'How to Handwash'
URL: http://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf
Etter tillatelse fra © World Health Organization 2009

April 2013

Forutsetninger for effektiv håndhygiene

- Håndsmykker og lange negler hindrer riktig utførelse av håndhygiene, og gir gode levekår for bakterier.
- Helsepersonell skal ikke ha påsatte negler, fingerringer, armbåndsur/armbånd.
Neglene bør være kortere enn 2 mm.
- Helsepersonell skal benytte uniformer som ikke er til hinder for rengjøring av av hender og håndledd, og underarm ved behov.



Når skal håndhygiene utføres?

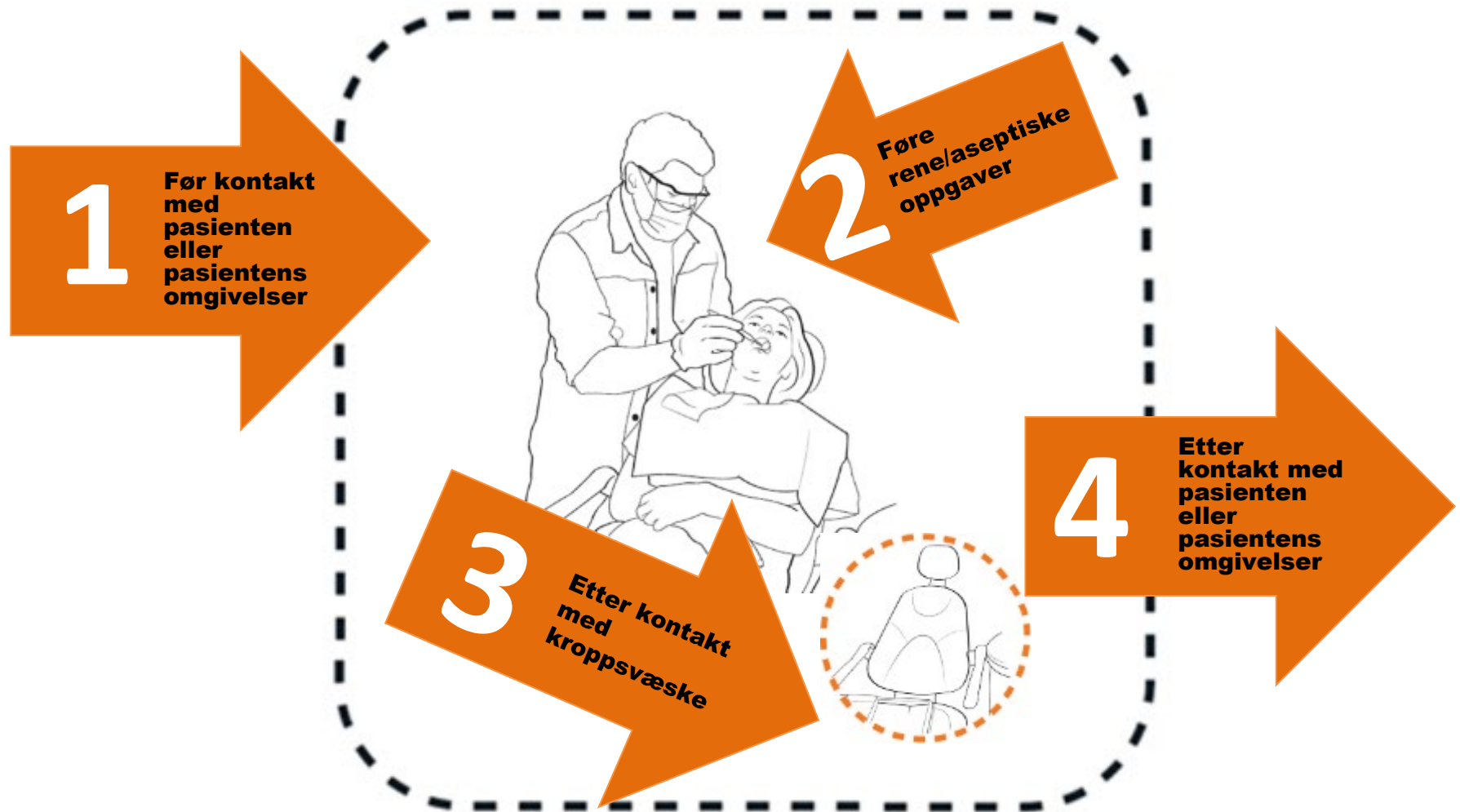
Pasientsonen består av uniten: pasienten selv, stolen, utstyret som er i bruk under behandlingen, samt miljøet i nær pasienten, som vil kunne bli kontaminert under behandlingen.

Helsetjenesteområdet: Alle flater utenfor pasientsonen.

Når skal håndhygiene utføres?

For å unngå at pasienten smittes av mikrober i helsetjenesteområdet, og at helsetjenesteområdet kontamineres av bakterier fra pasientens munnhule, må håndhygiene utføres hver gang man forflytter seg (berører gjenstander) mellom sonene.

Håndhygiene til rett tid – indikasjoner for håndhygiene



Det er i tillegg viktig å utføre håndhygiene:

- Etter at hansker er benyttet.
- Etter opphold på desinfeksjonsrom eller håndtering av avfall eller urent utstyr.
- Etter toalettbesøk.
- Etter å ha hostet eller nyst i hendene, eller pusset nesen.
- Før man går inn på rene områder som rene lager, medisinerrom.
- Før man skal tilberede eller spise mat.

Håndhygienefasiliteter

- Tilgjengelighet av håndhygienefasiliteter er avgjørende for god etterlevelse av håndhygieniske retningslinjer.
- Får å få en ideell plassering av hånddesinfeksjon i det enkelte rom bør det, i lys av modellen «5 indikasjoner for håndhygiene», gjøres en analyse av arbeidsflyten i rommet.
- **Hånddesinfeksjon må være tilgjengelig der undersøkelse og behandling skjer – ”at the point of care”.**



Anbefalinger for plassering av hånddesinfeksjonsdispensere

Generelle anbefalinger for plassering:

- innen armlengdes avstand fra hver unit (maks 1 m)
- rett på innsiden av hvert behandlingsrom, lett synlig
- høyaktivitetsområder som: arbeidsrom, desinfeksjonsrom, oppholdsstuer
- i pasientområder som: venterom, resepsjonsområder, foajeer etc.

Rene engangshansker - et godt hjelpemiddel

- Rene engangshansker er et hjelpemiddel som ved korrekt bruk reduserer faren for smittespredning.
- Hansker beskytter tannhelsepersonellets hender mot forurensing av mikroorganismer, blod og andre kroppsvæsker.
- Feilbruk av hansker kan føre til økt smitterisiko.
- Hendene blir forurensset også med hansker på, og hansker erstatter derfor aldri håndhygiene.

Når skal du bruke engangshansker?

Direkte pasientkontakt

- Når det forventes kontakt med blod, sekreter og slimhinner.

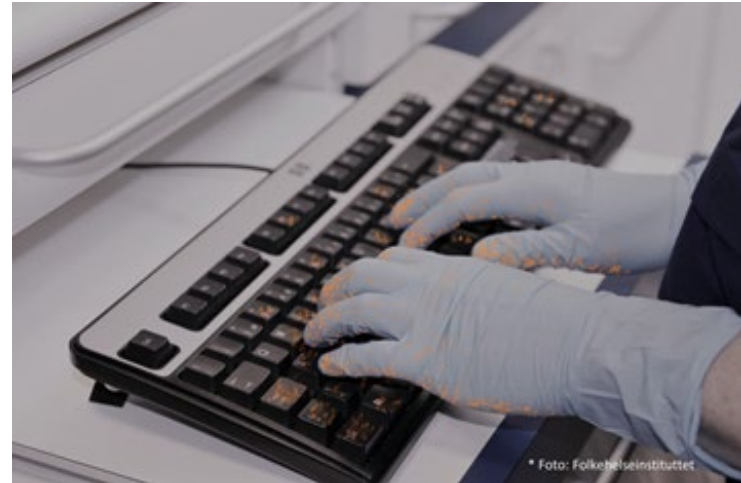
Indirekte pasientkontakt

- Ved håndtering av urent utstyr benyttet under behandling.
- Ved håndtering av skadelige medikamenter eller kjemikalier.
- Ved fjerning av søl av kroppsvæsker.
- Ved søppelhåndtering.



Når trenger du ikke hansker?

- Håndhilsning
- Bruk av telefon
- Dokumentasjon på data
- Trykke på knapper
f.eks. ved å ta røntgenbilde
- Innstilling av stolen
- Berøring av møbler



Hvilke hansker bør brukes?

- Lateks – eller nitrilhansker anbefales
- Vinylhansker anbefales ikke til bruk i tannhelsetjenesten.
- Det bør vurderes hansker med lang mansjett.
- Hansker skal være CE-merket og innfri følgende standarder:
- (NS-EN 455-1) (NS-EN 455-2) EN 455-3) (NS-EN 455-4)



Foto: Colourbox

Oppbevaring av rene hansker

- Hanskeboksen skal plasseres slik at rene hansker ikke forurenses. Det anbefales at de plasseres i egne hyller/veggstativ i god avstand fra servant.
- Håndhygiene bør utføres før du tar ut rene engangshansker av hanskeboksen.
- Det er viktig å ta ut en og en hanske, slik at man unngår å forurense flere hansker i boksen.

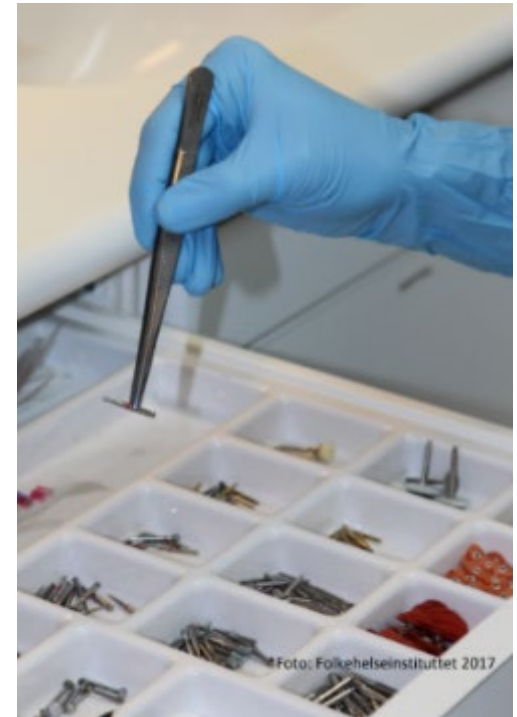
Visste du at:

- Mange rene hansker har små, usynlige hull, og hullforekomsten øker under bruk?
- Hender og håndledd ofte forurenses når hanskene tas av?
- Opptil 30% har forurensede hender etter hanskebruk?
- Hanskebruk reduserer etterlevelsen av håndhygiene?



Visste du også at:

- Med urene hansker på kan du lett kontaminere inventar og utstyr?
 - Bruk pinsett
- Hyppig bruk av hansker kan føre til økt hudirritasjon?
- Man alltid skal utføre håndhygiene før hansker tas på og umiddelbart etter de er tatt av?
- Hanskenes beskyttelsesevne kan forringes av midler som såpe og alkohol?
 - Utfør derfor aldri håndhygiene med hansker på.



Bruk av pinsett

Bruk av en ren pinsett kan være et alternativ for å hente ut utstyr fra skuffer.

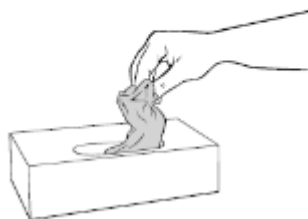
- Pinsett må oppbevares slik at pinsettspissen holdes ren.
- Ta ny ren pinsett mellom hver pasient.



Påkledning av hansker



Utfør håndhygiene



Ta en hanske ut av hanskeboksen. Unngå å berøre de andre hanskene i boksen



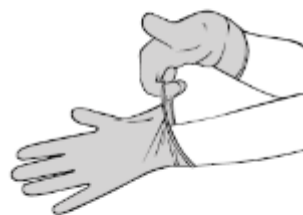
Hold hansken øverst i mansjetten. Berør minst mulig av hanskens utside



Ta hansken på første hånd



Ta en ny hanske ut av esken. Unngå å berøre de andre hanskene i boksen og berør minst mulig av hanskens ytterside med bar hud



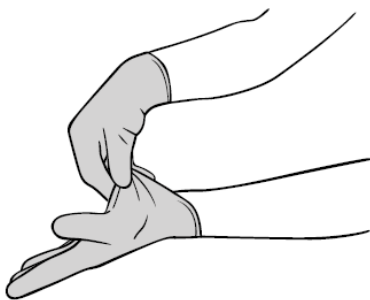
Ta på andre hanske. Unngå berøring av bar hud med den behanskede hånden



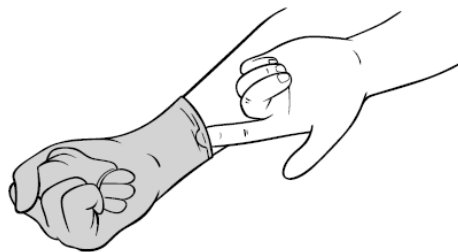
Når hanskene er tatt på, unngå unøwendig berøring av gjenstander før oppgaven utføres

Avkledning av hansker

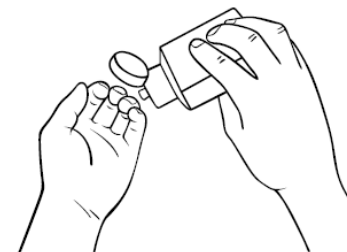
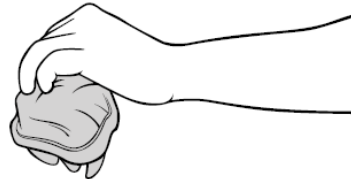
Det finnes mange fremgangsmåter for å ta av hansker etter bruk. Det avgjørende er å hindre at hendene blir forurensset ved at de berører hanskens utside når de tas av. Det kan gjøres på følgende måte:



Grip utsiden av hanskemansjetten. Dra hansken av med rolig bevegelse slik at hansken vrenses



Hold hansken i den hanskebekledde hånden. Plasser pekefinger på innsiden av hanskemansjetten. Dra hansken rolig av slik at den vrenses over hansken som holdes i hånden. Kast hanskene



Utfør håndhygiene

Hudirritasjon og hudpleie

- Hudens naturlige forsvarsmekanismer beskytter den og bidrar til å holde den sunn.
- Skadet og irritert hud har reduserte barrierefunksjoner og økt risiko for kolonisering med potensielt sykdomsfremkallende bakterier.
- Hel og sunn hud på hendene er derfor avgjørende for god håndhygiene.
- Regelmessig bruk av hudpleieprodukter forebygger utviklingen av hudirritasjon.
- Arbeidsgiver bør tilse at helsepersonell har egnede håndkremer lett tilgjengelig.



John Dukurow

Hvordan forebygge irritert hud på hendene?

- Benytt hånddesinfeksjon fremfor håndvask.
- Påfør hånddesinfeksjon kun på tørre hender.
- Benytt hansker kun på tørre hender.

Ved håndvask:

- Benytt lunkent (ikke varmt) vann.
- Fukt hendene før såpen tilføres.
- Benytt såper som er dokumentert milde for hendene.
- Skyll godt av alle såperester.
- Benytt myke, absorberende papirhåndklær av god kvalitet

Oppsummering

- Riktig håndhygiene blant helsepersonell er vårt enkleste, viktigste og mest effektive tiltak for å forebygge helsetjenesteassosierte infeksjoner.
- Hånddesinfeksjon er den foretrukne metode for håndhygiene innen helsetjenesten.
- Korte negler og fravær av ringer og klokker er en forutsetning for håndhygiene.

Vi sees ved pumpene!



Referanser

[Nasjonal veileder for håndhygiene](#)

[Temasiden om håndhygiene i helsetjenesten](#)

- *[Lenke til håndhygienekurs Helse Nord](#)

