Tillsammans mot vårdrelaterade infektioner – att förebygga smittspridning

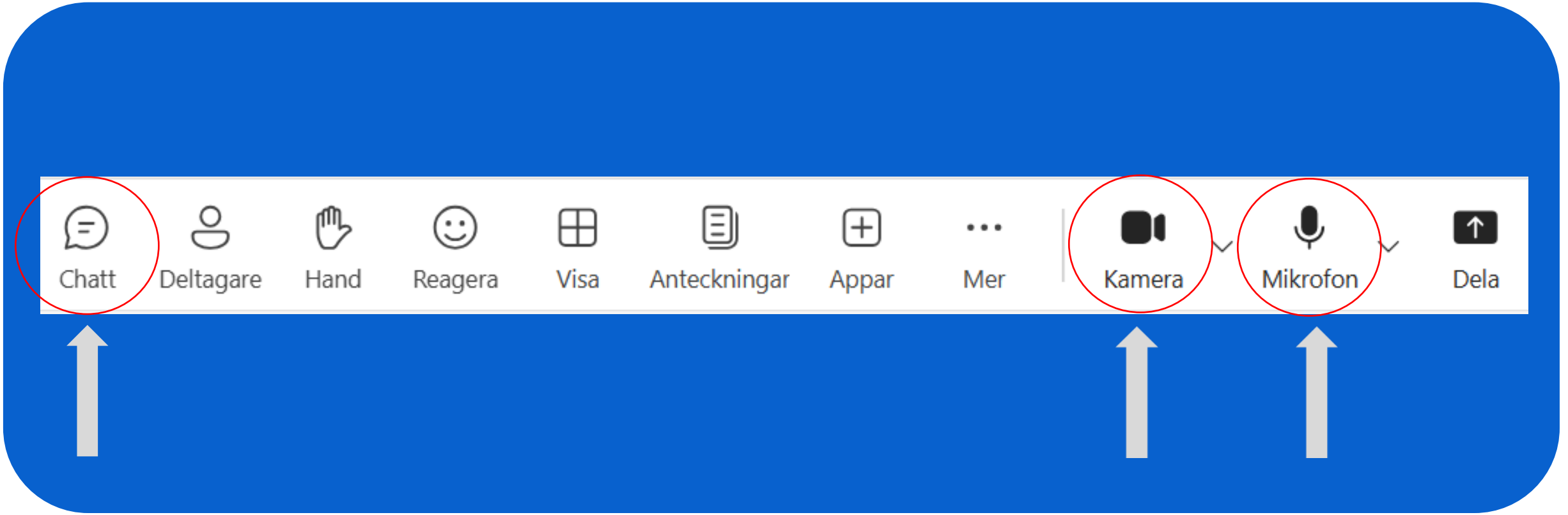
Utbildning – Vårdhygien för kommunal vård och omsorg

STARTTID KL 13.30

Enheten för Smittskydd och Vårdhygien, hösten 2026

Region Östergötland

Teams



Använd gärna chatt-funktionen för att ställa frågor under föreläsningen
- vi svarar allt eftersom

Region Östergötland

Mål för utbildningen:

Att rusta chefer och nyckelpersoner

- med baskunskap om smitta, smittspridning och vårdhygieniska principer
- så kunskap kan implementeras i er verksamhet



Region Östergötland

Smittskydd och Vårdhygien Östergötland

Smittskydd

- En **länsövergripande myndighet** som planerar, organiserar och leder länets smittskyddsarbete. Verksamheten regleras av **smittskyddslagen**.
- Riktar sig mot samhället, t.ex. skolor, förskolor, kriminalvård.

Det gemensamma och övergripande målet är att **förebygga smittspridning**.

Vårdhygien

- En **länsövergripande resurs** för sjukhus, vårdcentraler, folktandvård och kommunal vård och omsorg.
- Är Region Östergötlands expertfunktion för arbetet med att förebygga vårdrelaterade infektioner och risker för smittspridning i vården.

Telefon: 010-103 10 52

E-post: vardhygien@regionostergotland.se

Vårdgivarwebb:
https://vardgivare.regionostergotland.se

Hitta snabbt: *Smittskydd, vårdhygien och vaccinationer*

Region Östergötland

Olika lagar och regler styr oss

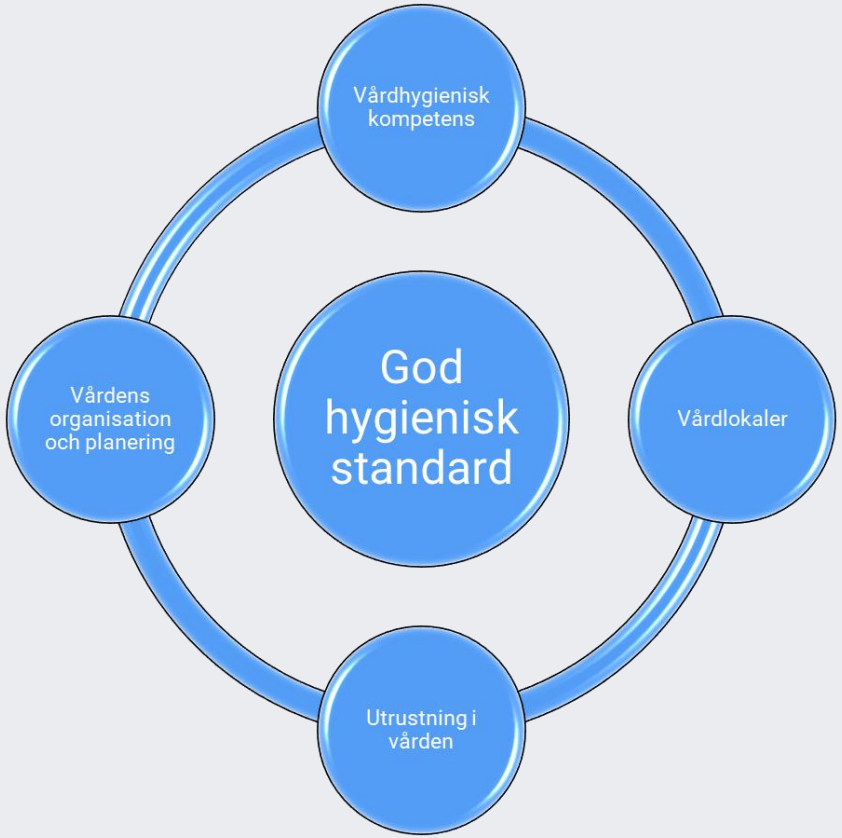
- Socialtjänstlag
- Lag om stöd och service till vissa funktionshindrade
- Hälso- och sjukvårdslag
- Patientsäkerhetslag
- Patientlag
- Smittskyddslag
- Livsmedelslag



- Basal hygien i vård och omsorg (SOSFS 2015:10)
- Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete (SOSFS 2011:9)
- Smittförebyggande åtgärder i vissa verksamheter enligt SoL och LSS (HSLF-FS 2022:44)
- Risker i arbetsmiljön (AFS 2023:10)
- Arbetsutrustning och personlig skyddsutrustning – säker användning (AFS 2023:11)

God hygienisk standard





Vårdhygienisk kompetens

Grundläggande kunskap

- Avser den kompetens som all vård- och omsorgspersonal behöver ha för att säkerställa att samtliga arbetsuppgifter genomförs på sådant sätt att vårdrelaterade infektioner så långt det är möjligt förebyggs

Expertkunskap

- Avser sakkunskap utöver den grundläggande kunskapen, som vårdgivaren samlat i en vårdhygienisk enhet med uppgift att bland annat medverka i det långsiktigt preventiva arbetet och vid behov göra stödinsatser, exempelvis i samband med utbrott av vårdrelaterade infektioner.

Socialstyrelsen (aug 2021) – Tillgång till vårdhygienisk kompetens

Överenskommelse om samverkan



- Syftet med överenskommelsen är åstadkomma och upprätthålla en god hygienisk standard som är jämlik för Östergötlands alla vård- och omsorgstagare oavsett i vilken organisation eller var i vårdkedjan personen befinner sig.

- Målet är att skapa en samsyn och samverka kring det vårdhygieniska arbetet i Östergötland.

Reviderad våren 2025

Region Östergötland

Aktuell version av Vårdhygienisk handbok är publicerad på vårdgivarwebben

https://vardgivare.regionostergotland.se/vgw/kunskapsstod/smittskydd-vardhygien-och-vaccinationer/vardhygien/hygienriktlinjer/hygienriktlinjer-kommun



Vad krävs av oss?



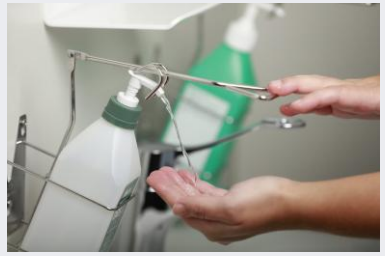
Agenda för dagen

- Mikroorganismer
- Antibiotikaresistens
- Smitta – Smittvägar
- Vårdrelaterade infektioner VRI
- Riskbedömning och riskmedvetenhet
- Paus
- Verktyg och stöd i vardagen
- Basala hygienrutiner och klädregler
- Tips för fortsättning på hemmaplan













Normalfloran – stör ej



- Bakterier och svampar som lever i eller på kroppen
- Nödvändig för immunförsvaret
- Skyddar hud och slemhinnor från andra mikroorganismer
- Finns mest i mag-tarmkanalen, på huden och i munnen
- Ska vara på rätt ställe och är unik för varje individ
- Orsakar infektioner på fel ställe
- Antibiotika stör den normala bakteriebalansen

Vad orsakar infektion?

- Både bakterier eller virus kan orsaka infektion
  - Bakterier som t.ex. pneumokocker kan ge lunginflammation
  - Virus som orsakar luftvägsinfektion kan vara t.ex. influensa och SARS-CoV-2 som ger covid-19.
- Virus är väldigt små – mindre än bakterier
- Ökad smittspridning under höst och vinter
  - I kall och torr luft svävar viruset längre
  - Vi tillbringar mer tid inomhus än under de varmare årstiderna



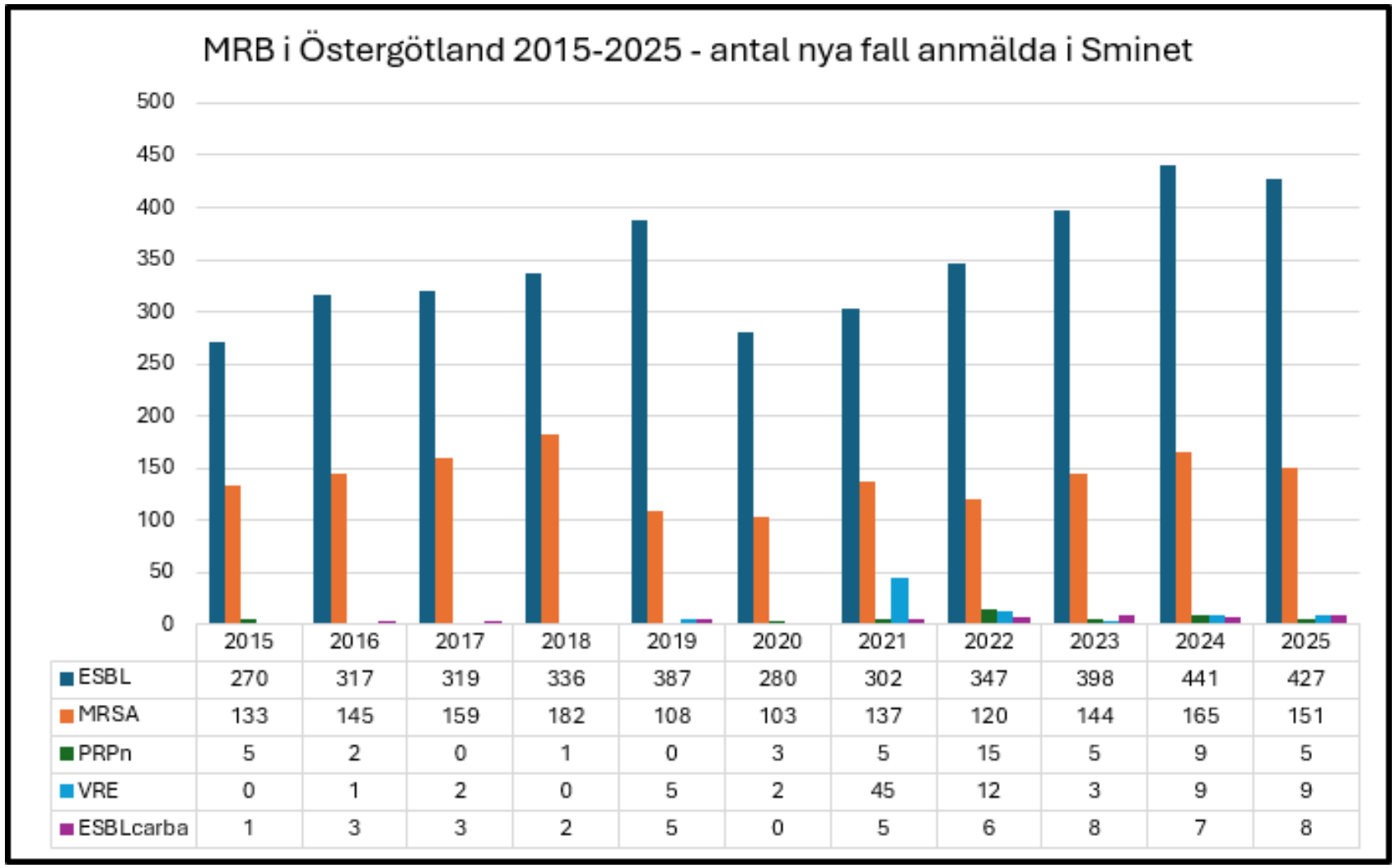
Motverka infektioner – Rädda antibiotikan

- Bra rutiner motverkar infektioner och spridning av smitta
- Innan upptäckten av antibiotika var infektionssjukdomar den vanligaste dödsorsaken
- Enligt WHO är bakterier som utvecklat resistens mot antibiotika ett av de största hoten mot den globala folkhälsan
- När bakterier blir resistenta mot antibiotika blir infektioner svåra eller omöjliga att bota – svårigheter ses redan idag (IVA, neo mm)
- Orsakas av överanvändning och felanvändning av antibiotika till både djur och människor
- Antibiotikaresistens ger ökad dödlighet, längre sjukhusinläggningar och högre medicinska kostnader





MRB – nya fall i Östergötland 2015-2025 (anmälda i Sminet)



	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
ESBL	270	317	319	336	387	280	302	347	398	441	427
MRSA	133	145	159	182	108	103	137	120	144	165	151
PRPn	5	2	0	1	0	3	5	15	5	9	5
VRE	0	1	2	0	5	2	45	12	3	9	9
ESBLcarba	1	3	3	2	5	0	5	6	8	7	8

Region Östergötland



Region Östergötland

Smittvägar – olika sätt för smitta att överföras

Luftburen smitta från luftvägar

Tarmsmitta (fekal-oral smitta)



Droppsmitta

Blodburen smitta

Direkt kontaktsmitta

Indirekt kontaktsmitta

Direkt kontaktsmitta

- utan mellanled

- ex. hudinfektioner med tex stafylokocker (MRSA) och streptokocker
- andra exempel är skabb, sexuellt överförbara sjukdomar samt vissa luftvägsinfektioner



Indirekt kontaktsmitta
- via mellanled



ex. tarm- och hudbakterier, virus som vid influensa och vinterkräksjuka

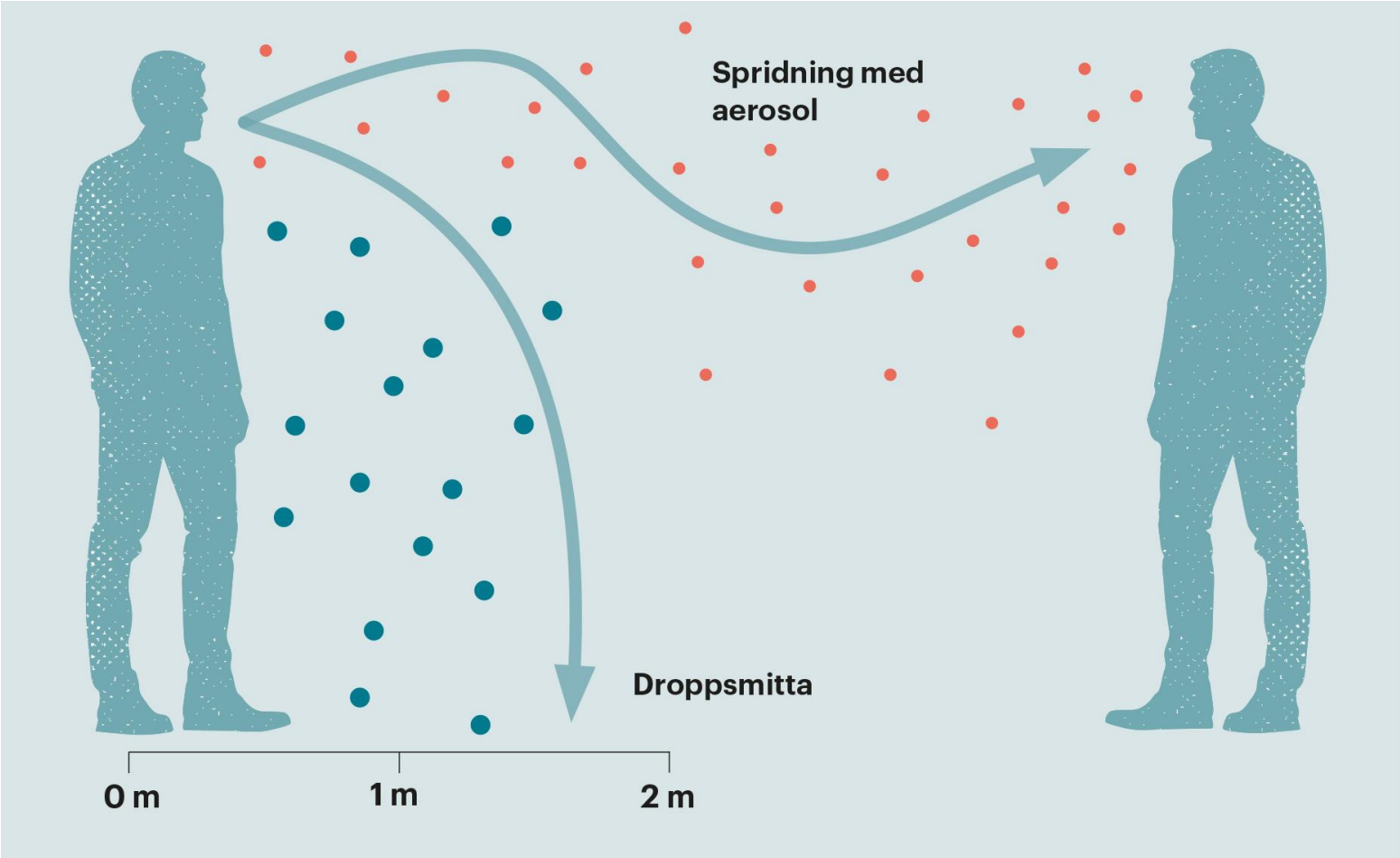


Droppsmitta - direkt och indirekt
ex. influensa, RS, vinterkräksjuka, covid-19



Luftburen smitta

Infekterar genom att vi andas in smittämnen ex. mässling, vattkoppor, tuberkulos



Blodburen smitta

Smittämnen överförs via blod till blod eller slemhinna, ex. Hepatit B och C, HIV







Tarmsmitta

Fekal-oral smitta

När smittämnen når munnen

- via livsmedel, direkt kontaktsmitta
- via förorenade händer eller ytor, indirekt kontaktsmitta

Ex. salmonella, campylobacter, hepatit A, calicivirus







Region Östergötland

Historik - vårdhygien





Vårdrelaterad infektion (VRI)

Infektion som uppkommer hos person under sluten vård eller till följd av åtgärd i form av diagnostik, behandling eller omvårdnad inom övrig vård och omsorg,

eller som personal som arbetar inom vård och omsorg ådrar sig till följd av sin yrkesutövning

Socialstyrelsen, 2011





Region Östergötland

VRI beskrivet med andra ord

- Carina genomgår en operation som går enligt plan. Hon mår bra och får komma hem efter ett par dagar.
- Går till vårdcentralen för att byta bandage, det har nu gått en vecka efter operationen. Upptäcker en sårinfektion och höga infektionsvärden.
- Ambulans till sjukhuset, blir inlagd ytterligare 2 månader
- Under vårdtiden:
  - Ytterligare tre operationer
  - Intravenös antibiotika -> allergisk reaktion
  - Svår smärta, behov av morfin
  - Får covid –> isoleras på rummet



Vårdmiljön spelar roll











Riskfaktorer för smittspridning

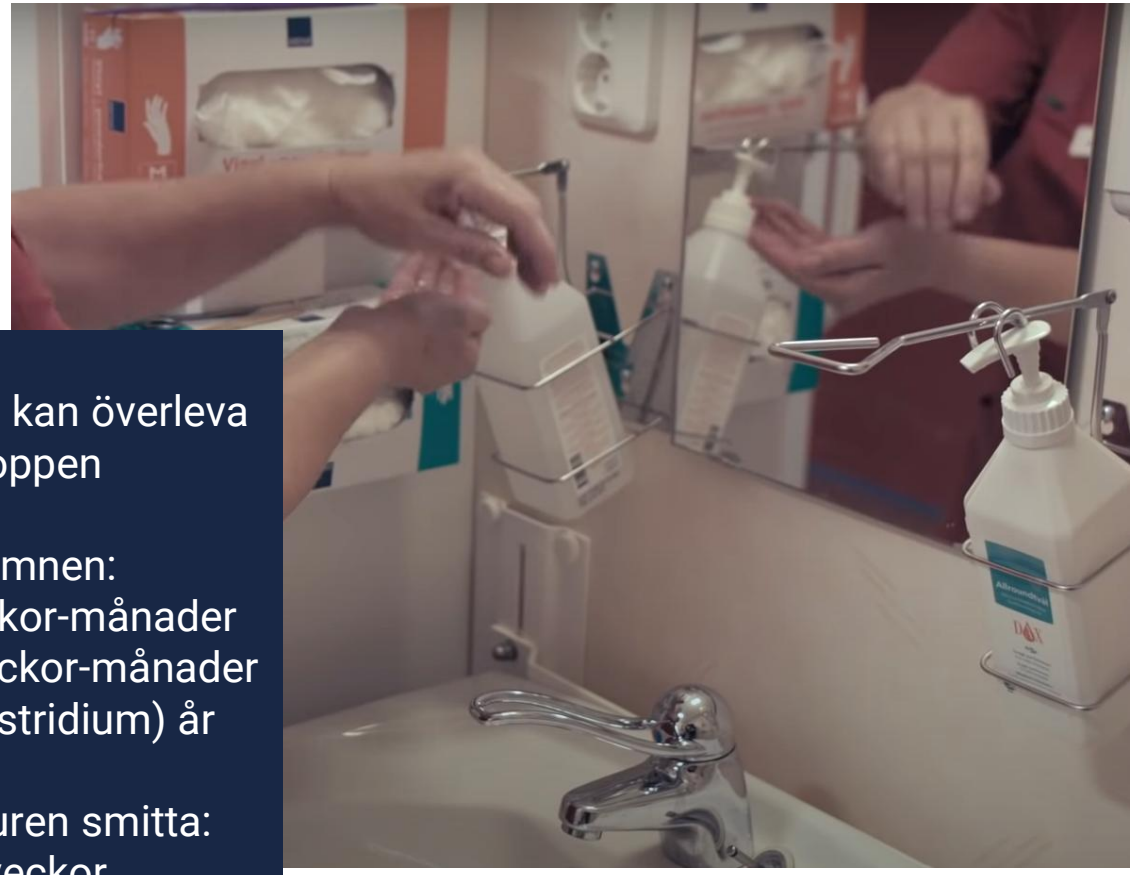
	Hud	Utsöndringar	Luftvägar	Kommunikation/ kognitiv förmåga
Exempel på personrelaterade riskfaktorer	Hudskada, eksem, hudsjukdom **Sår:** Vätskande, svårläkta, omläggnings-krävande **Infarter:** CVK, trakeostomi	Diarré/kräkning, misstänkt infektiös Stomi – läckage Inkontinens – läckage KAD/suprapubis-kateter	Hosta Snuva Halsont Trakeostomi	Demens Kommunikations-svårigheter Syn- och hörselnedsättning
Konsekvens	Skadad hud innebär ökad risk för att både sprida och plocka upp smittämnen.	Utsöndringar innehåller mikroorganismer som kan spridas till omgivningen.	Luftvägssekret innehåller mikroorganismer som kan spridas till omgivningen.	Nedsatt kognitiv förmåga kan innebära ökad risk att sprida och plocka upp smittämnen, särskilt om andra riskfaktorer finns.
Bedöm behov av eget rum (ex på korttidsboende)/egen toalett, lämplighet att vistas i gemensamma utrymmen och av att delta i gemensamma aktiviteter.				
Vägledning till åtgärder (exempel)	Vid vistelse i allmänna utrymmen ska sår vara täckta.	Vid misstänkt infektiös diarré/kräkning vistas vårdtagaren på eget rum med egen toalett och dusch.	Informera och ge förutsättningar för god host- och nyshygien. Vid misstanke om luftvägs-infektion vistas vårdtagaren på eget rum.	Bedöm personens förmåga att förstå och följa instruktioner. Ge anpassat stöd vid förekomst av riskfaktorer. Vid behov, hjälp boende med handhygienen för att förebygga smittspridning.



Region Östergötland

Bakterier finns framför allt på vårdtagarnära ytor och tagställen.

Mikroorganismer överlever i miljön!





Bakterier och virus kan överleva lång tid utanför kroppen

Exempel på smittämnen:
- Staf. aureus veckor-månader
- Enterokocker veckor-månader
- Sporer (t.ex. Clostridium) år

Exempel på blodburen smitta:
- Hepatit B-virus veckor

Var finns tagställen på vår arbetsplats?

Städar och desinfekterar vi där?

Region Östergötland

Förhindra smittspridning

Bryta smittvägar i vårdarbetet!

- Följsamhet till **basala hygienrutiner och klädregler (BHK)**!

- **Desinfektion** av material och ytor:
  - Punktdesinfektion vid spill av kroppsvätskor
  - Rengöring/desinfektion av flergångsutrustning





Region Östergötland

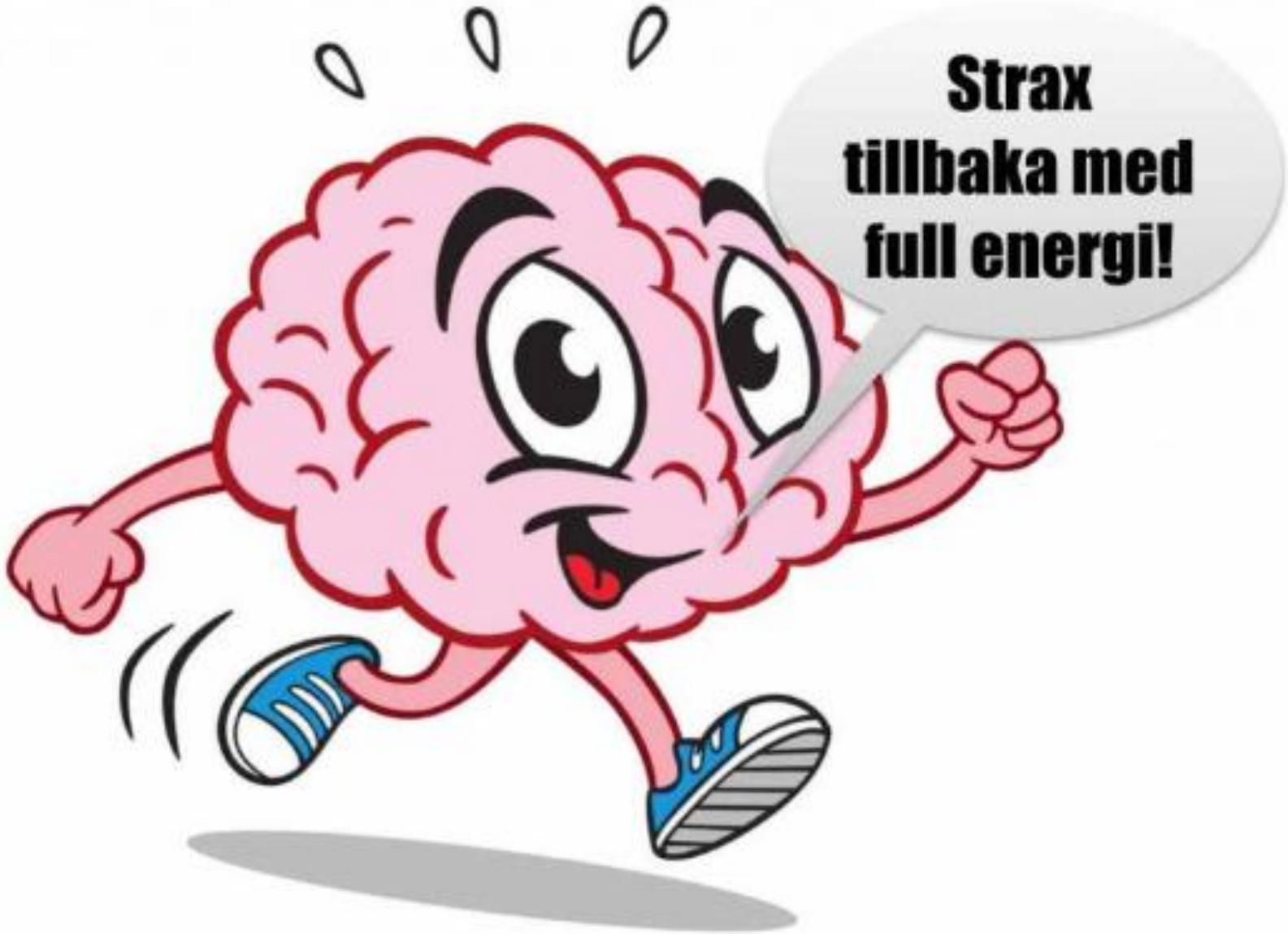
Film-tajm



Region Östergötland



Region Östergötland



Region Östergötland



DEL 2

Tillsammans mot vårdrelaterade infektioner

Att förebygga smittspridning

Region Östergötland

SOSFS 2015:10
Basal hygien i vård och omsorg

Syfte:

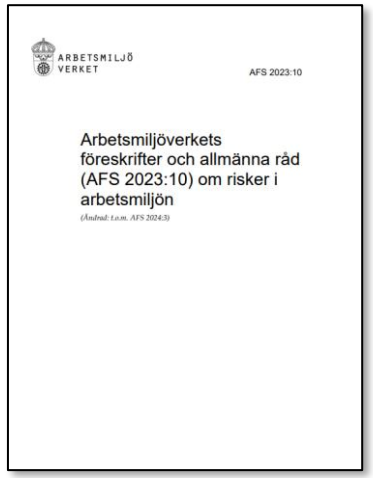
- Att förebygga och förhindra smittspridning och uppkomst av vårdrelaterade infektioner i vården och avser i första hand att skydda **vårdtagare** mot smittrisker och smittöverföring.



AFS 2023:10
Risker i arbetsmiljön

Syfte:

- Att förebygga att **arbetstagare** utsätts för risker, bl.a. risk att bli infekterade eller varaktiga bärare av smittämnen, på grund av sina arbetsuppgifter.



Region Östergötland

Vad ingår i BHK?

God handhygien

- händerna ska desinfekteras
- handtvätt om smutsig eller vid diarré/kräkning
- händer och underarmar fria från främmande material
- handskar vid risk för kontakt med kroppsvätskor

Arbetskläder

- kortärmad överdel, hel eller tvådelad
- används endast på arbetet
- byts dagligen och vid nedsmutsning
- förkläde vid risk för kontakt med kroppsvätska eller annat biologiskt material





Region Östergötland

Förutsättningar för att kunna utföra korrekt handhygien













Konstnaglar – NEJ TACK!

Region Östergötland

Handtvätt och handdesinfektion

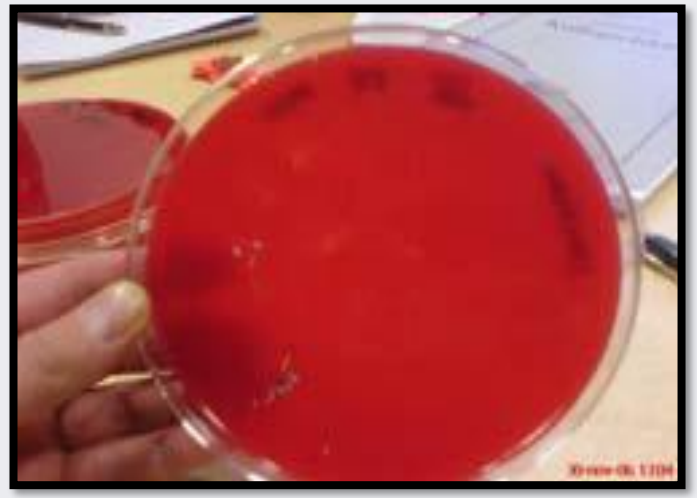
Före handtvätt



Efter tvätt med tvål och vatten



Efter handdesinfektion



Region Östergötland

Handhygien: Handdesinfektion

Före vård- och omvårdnadsinsatser
Före handskanvändning
Före rent arbete

Efter vård- och omvårdnadsinsatser
Efter handskanvändning
Efter smutsigt arbete
Efter handtvätt



Region Östergötland

Handhygien: Handtvätt = rengöring med vatten och flytande tvål

- När händerna är synligt förorenade/smutsiga
- Vid vård av person med diarré eller kräkning

ALLTID HANDDESINFEKTION EFTER HANDTVÄTT!

Glöm inte vårdtagarens handtvätt, erbjud hjälp vid behov.

Före måltid och **Efter** toabesök!



Handdesinfektion – träna på att sprita händerna korrekt!





Folkhälsomyndigheten

Sveriges Kommuner och Regioner

Region Östergötland

Handskas rätt med handskar

Använd endast vid kontakt med kroppsvätska

- Desinfektera händerna före och efter handskanvändning
- Byt handskar mellan olika arbetsmoment och mellan olika vårdtagare
- Berör inte omväxlande smutsigt och rent
- Desinfektera aldrig handskar
- Kasta handskarna direkt efter användning
- Undvik överanvändning

Fel använda handskar innebär en risk för smittspridning!



Hel och frisk hud är en mycket bra barriär mot smittämnen!



Hår, skägg och huvudduk







Arbetskläder SOSFS 2015:10

- Kortärmad; sluta ovanför armbåge
- Byts dagligen samt oftare vid behov (både över och underdel)
- Används enbart på arbetsplatsen och på arbetstid





Region Östergötland

Arbetskläder AFS 2023:10 (tidigare 2018:4)

Arbetsgivaren ansvarar för

- att arbetskläderna tas av när arbetsdagen är slut
- att rena arbetskläder hålls åtskilda från använda kläder
- att arbetskläder tvättas i minst 60 °C
- att ta fram hygienrutiner för hantering av tvätt
- att använda kläder förstörs vid behov





Region Östergötland

Engångsförkläde – när?

Vid arbetsmoment som innebär:

- Risk för stänk/fukt på arbetskläder
  ex. hjälp med personlig hygien, toalettbesök, byte av urinuppsamlingspåse

- Risk för nedsmutsning av arbetskläder
  ex. sängbäddning, hantering av smutstvätt, såromläggning

Långärmat förkläde?



Region Östergötland

Personlig skyddsutrustning AFS 2023:11, kap. 15 (tidigare 2018:4)



Stänkskydd i form av munskydd samt visir alternativt skyddsglasögon vid risk för droppsmitta



Andningsskydd vid risk för luftburen smitta

I kombination med visir/skyddsglasögon

Region Östergötland



Region Östergötland

Tips för fortsättning på hemmaplan



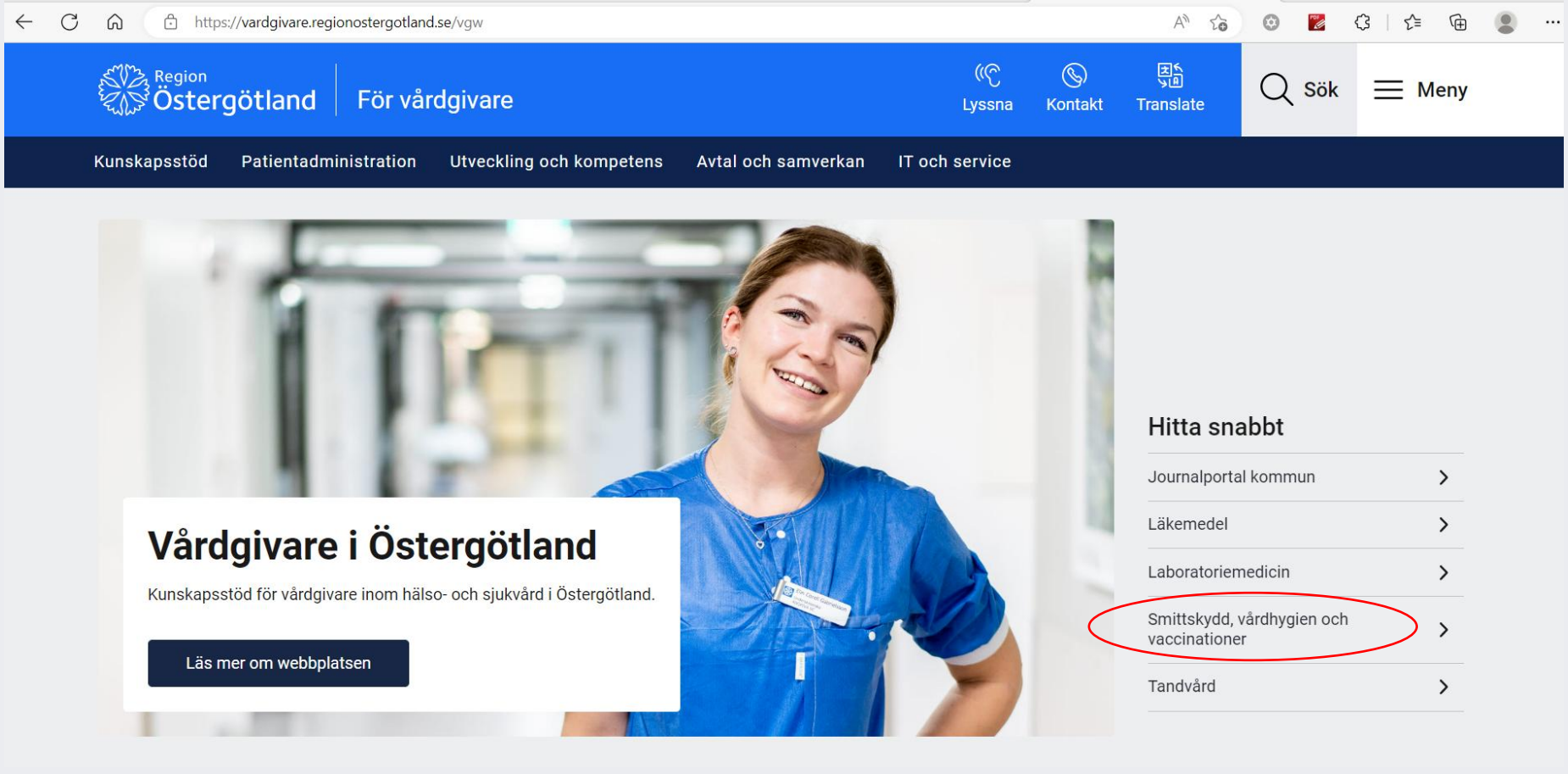
Hitta till Vårdgivarwebben Kommunal vård och omsorg

- Vårdhygienisk handbok inom kommunal vård och omsorg i Östergötland
- Vårdhygienisk egenkontroll – en gång per år
- Årshjul – planera in kompetenspåfyllnad, kortare avsnitt under hela året. Koppla ihop med erfarenheter från just er enhet!



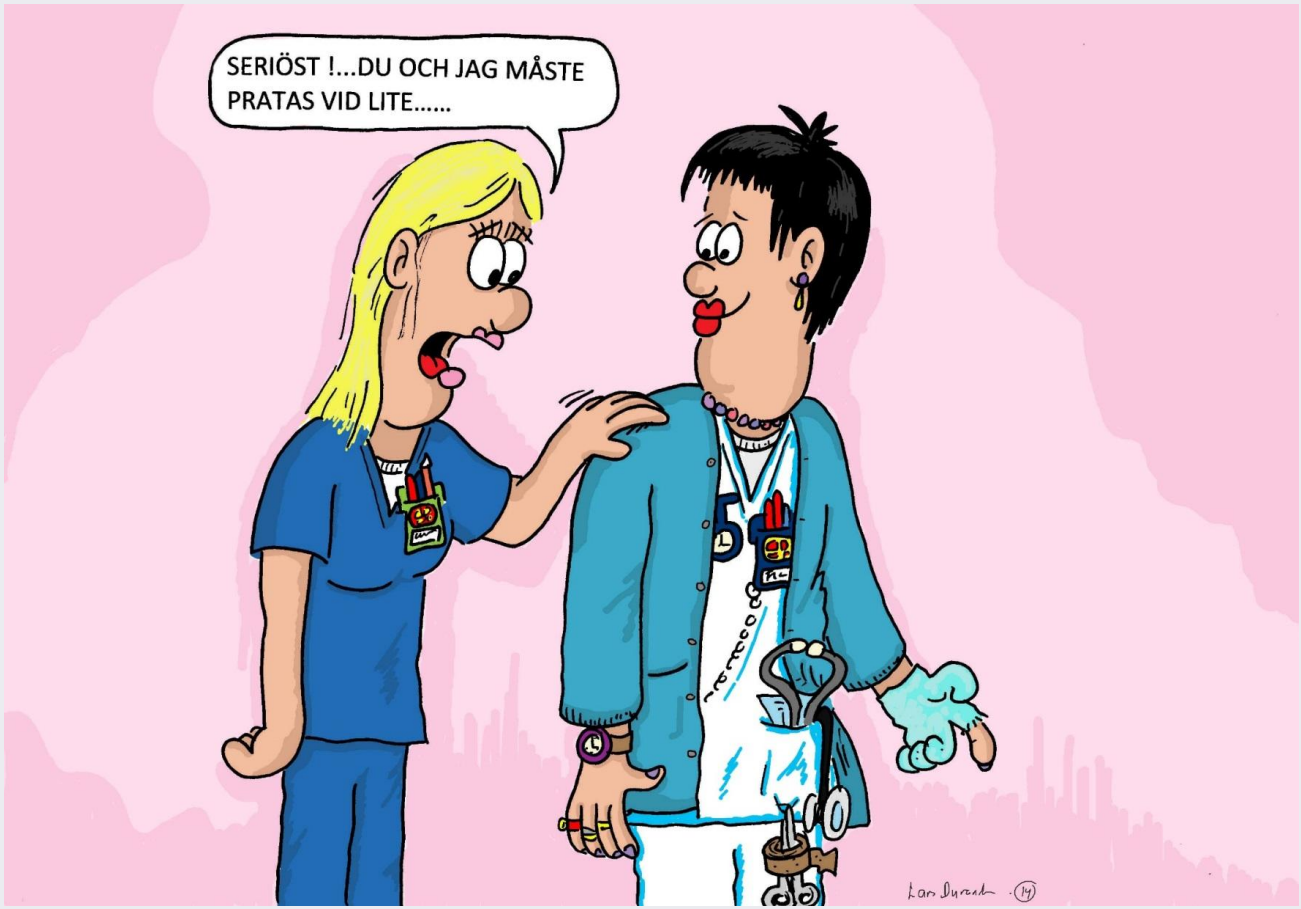
Region Östergötland

För vårdgivare



Länk

Tänk på att just Du kan göra skillnad!



Källa: Vårdhygien Skaraborg

Region Östergötland



Region Östergötland