

Karolinska Universitetssjukhusets hygienregler

Information om hur vi gemensamt kan
förhindra vårdrelaterade infektioner

Hjälp oss
att förebygga
och förhindra
vårdrelaterade
infektioner!



God hygien förebygger infektioner

Vi vill med denna broschyr förmedla information till dig som är patient eller närstående gällande våra hygienregler.

I sjukhusmiljö händer det att bakterier blir våra fiender och orsakar infektioner hos dem som redan är sjuka. Även virus kan orsaka vårdrelaterade infektioner. All personal som vårdar dig eller din närstående ska följa sjukhusets hygienregler. Det händer att vi glömmer. Då är vi tacksamma om du påtalar detta för oss. Hjälp oss att förebygga och förhindra vårdrelaterade infektioner!

Bakterier är ofta våra vänner, de hjälper bland annat vårt immunförsvar

Bakterier kan också bli våra fiender om de hamnar på fel ställe



Som närstående kan du skydda den du besöker och andra medpatienter genom att:

- Använda handsprit när du kommer in på avdelningen.
- Stanna hemma om du inte är helt återställd efter magsjuka eller precis insjuknat i förkylning.
- Inte röra patientens eventuella förband, det är vårdpersonals uppgift. Informera gärna personalen om det ser ut som förbandet är på väg att lossna eller på annat sätt ser konstigt ut.
- Inte gå in i kök eller förråd, vi har satt upp skyltar utanför dessa rum och vi är tacksamma för att de respekteras.
- Inte röra apparater och material som står i korridor eller på patientrum.

Kan vi hjälpas åt att påminna varandra om att följa hygienreglerna på avdelningen så kanske vi kan undvika att patienter drabbas av vårdrelaterade infektioner.

**Tillräcklig
handtvätt ska
pågå lika lång tid
som det tar att sjunga
"Blinka lilla stjärna",
det vill säga 20 – 30
sekunder!**

Som patient kan du skydda dig själv och andra medpatienter genom att:

- Tvätta händerna noga efter toalettbesök.
- Säga till personalen om du får magbesvär.
- Tvätta händerna innan måltid eller använda handdesinfektion.
- Använda handdesinfektion om du lämnar eller återkommer till avdelningen.
- Inte gå in i kök eller förråd, vi har satt upp skyltar utanför dessa rum och är tacksamma för att de respekteras.
- Inte röra apparater och material som står i korridor eller på patientrum.

För att uppnå full effekt av tvätt med handdesinfektion ska händerna vara fuktiga i minst 30 sekunder



Personal skyddar patienterna genom att:

- Sprita händerna före och efter nära kontakt med patienter.
- Ha håret uppsatt om det är långt.
- Ha kortklippta naglar (lösningar är inte tillåtet) och arbetskläder med kort ärm.
- Ej bära klockor, ringar eller andra smycken på händer och underarmar.
- Bära förkläde om vi kommer i kontakt med patient eller säng.

Om du som patient eller närstående ser att vi glömmer bort att följa dessa regler, påminn oss gärna!





Karolinska Universitetssjukhuset
Huddinge - 141 86 Stockholm | Solna - 171 76 Stockholm
www.karolinska.se

Foto: Anders Norderman, Medicinsk bild
Jessica Abreu Munoz, Stab Vårdstöd och Service