

HÅNDHYGIENE - vårt viktigste våpen?



Mette Fagernes
Folkehelseinstituttet

Fagdag Smittevern, Førde
27. oktober 2016

Disposisjon

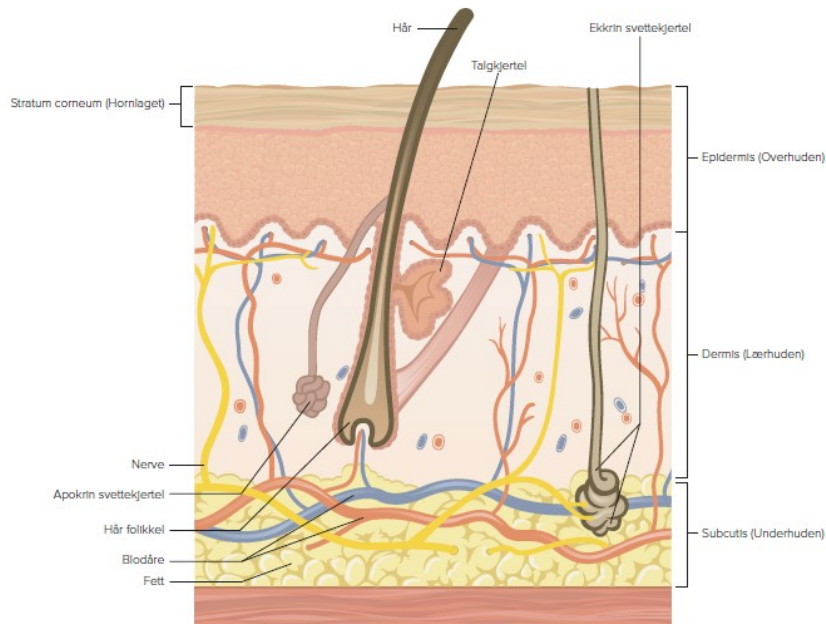
- Håndhygiene – vårt viktigste smitteforebyggende tiltak
 - Hendenes bakterieflora
 - Hudens forsvarsverk
 - Hudpleie
- Når og hvor skal man utføre håndhygiene?
- Hvordan utføre effektiv håndhygiene?
 - Hånddesinfeksjon eller håndvask
 - Ringer, armbåndsur og negler
- Ny nasjonal veileder for håndhygiene
- Nasjonal markering av 5. mai



Hendenes bakterieflora

1. Permanent flora, normalt tilstede på hendene:
 - Kolonisere dypere lag av huden
 - Vanskelig å fjerne
 - Mål for kirurgisk hånddesinfeksjon
 - Hvite stafylokokker
2. Midlertidig (transient) flora: "besøkende" mikrober som fester seg på hendene ved kontakt med omgivelsene:
 - Festet til overfladiske lag av huden
 - Lettere å fjerne
 - Mål for alkoholbasert hånddesinfeksjon/ håndvask
 - Forårsaker ofte HAI (Gule stafylokokker, Enterobacteriaceae, NFERGNS)

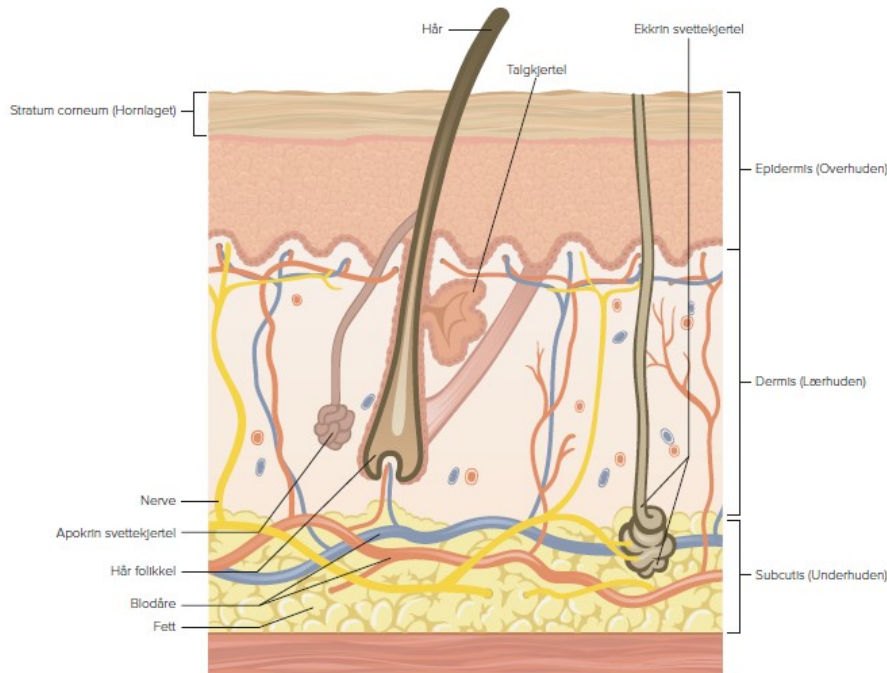
Huden og dens forsvarsverk



Hudens egenskaper

- Barrierefunksjoner
- Indre likevekt (temperatur og kjemisk miljø)
- Sanseorgan
 - berøring
 - temperatur
 - smerte
 - trykk
- Vår kontaktflate mot andre mennesker

Huden og dens forsvarsverk



Forsvarsverk

- Stratum corneum
- Surt miljø (lav pH)
- Tørt miljø
- Hydrolipid film
- Avskalling

Hudpleie

- 85% av sykepleier har opplevd å ha sår eller irritert hud som følge av håndvask.
- Sår og irritert hud gir økt risiko for kolonisering og reduserer effekten av håndhygiene.
- God hudpleie er avgjørende for god håndhygiene.

Hudpleie - tiltak

- Benytt hånddesinfeksjon som førstevalg
- Hudkrem (unngå flerbuk av tuber)
- Unngå varmt vann
- Tørre hender før hansker tas på
- Skyll godt av såperester
- Benytt mild, flytende såpe uten parfyme og konserveringsmiddel
- Klapptørk hendene med papir av god kvalitet
- Unngå håndsmykker



Når skal man utføre håndhygiene?

- Håndhygiene utføres for å hindre kjent eller ukjent smitteoverføring.
- WHO har laget en enkel og funksjonell modell – ”My 5 moments” – som oppsummerer når håndhygiene må utføres:

Når utføre håndhygiene – "My 5 moments"



I tillegg..

- 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 kjøkken, rene lager, medisinrom.
- Før man skal tilberede eller spise mat.
- Før man går inn eller ut av en avdeling.

Hvordan utføre håndhygiene?

Hånddesinfeksjon eller håndvask?



Hvordan utføre håndhygiene?

Alkoholbasert hånddesinfeksjon(70-90%, tilsatt glyserol) er den foretrukne metode innen helseomsorg fordi:

- det har bedre effekt enn såpe og vann mot de fleste mikroorganismer
- det tar kortere tid (20-30 sekunder vs. 40-60 sekunder ved håndvask)
- det er lettere å gjøre tilgjengelig der man trenger det – ”at the point of care”
- det er mer skånsomt for hendene enn såpe og vann
- det er kostnadsbesparende

Hvordan utføre håndhygiene forts.

Hånddesinfeksjon med sprit tilsatt glyserol) er den foretrukne metode innen helseomsorg, med unntak av når:

- hendene er synlig skitne
- etter direkte kontakt med kroppsvæsker uten at hansker er benyttet
- ved utbrudd med oppkast og/ eller diaré (eks. Norovirus, C. difficile)
- etter eksponering for sporedannende bakterier (eks. C.difficile)
- etter toalettbesøk

I disse nevnte tilfellene skal hendene vaskes grundig med såpe og lunkent vann

Noro, C.diff.,skabb

Nakne virus (Noro):

- Når hansker er benyttet, håndvask og hånddesinfeksjon sidestilt
- Ved bruk av hånddesinfeksjon – benytt produkt som er for virucid effekt mot nakne virus.
- Økt vasketid/ desinfeksjonstid – følg produsentens anbefalinger

Noro, C.diff.,skabb, forts.

C.diff:

- Håndvask anbefalt metode etter kontakt med pasienter med kjent eller mistenkt kolonisering eller infeksjon med *Clostridium difficile*, uavhengig av om hansker er benyttet eller ikke.
- Økt vasketid.

Noro, C.diff.,skabb forts.

Skabb:

- Hånddesinfeksjon trolig ingen effekt.
- Håndvask trolig effekt umiddelbart etter kontakt.
- Hansker ved all pasientkontakt.

Hånddesinfeksjon trinn for trinn

Hånddesinfeksjon

MED ALKOHOLBASERT HÅNDDESINFEKJONSMIDDEL

Totalt 20-30 sekunder



Tilfør tilstrekkelig hånddesinfeksjonsmiddel til å dekke begge henders overflater.



Gni håndflatene mot hverandre.



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



Gni håndflatene mot hverandre med fingrene fløtet.



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



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



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



Når hendene er tørre* er de rene.

* Dersom hendene føles tørre før det har gått 10-15 sekunder, har du trolig benyttet for lite hånddesinfeksjonsmiddel.

- Følg produsentens anbefalinger for mengde og virketid for å sikre riktig og effektiv bruk av produktet.
- Fordel middelet godt over begge hender. Husk tomler, rundt negler, håndledd og mellom fingre.
- Gni til hendene er tørre.
- Ikke berør noe før hendene er tørre (det er først da de er rene).

Totalt 20-30 sekunder
(fuktige i min. 15 sekunder)

Håndvask trinn for trinn

Håndvask

MED SÅPE OG VANN

🕒 Totalt 40-60 sekunder



0 Fukt hendene med vann.



1 Tilfør tilstrekkelig såpe til å dekke begge henders overflater.



2 Gri håndflatene mot hverandre.



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



4 Gri håndflatene mot hverandre med fingrene flettet.



5 Gri baksiden av fingrene mot motsatt håndflate, med sammenlåste fingre.



6 Gri med høyre hånd rundt venstre tommel og gri med roterende bevegelser, og motsatt.



7 Plasser fingrene på høyre hånd i venstre håndflate og gri 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

- Fukt hendene.
- Benytt tilstrekkelig med flytende såpe.
- Fordel såpen godt over begge hender. Husk tomler, rundt negler, håndledd og mellom fingre.
- Skyll hendene godt under rennende vann.
- Tørk hendene med engangs tørkepapir.
- Ikke berør noe før hendene er tørre (det er først da de er rene).

Totalt 40-60 sekunder



-  Areas most frequently missed during hand washing
-  Less frequently missed
-  Not missed

Ref: Taylor, L.J. An evaluation of handwashing techniques-2. Nursing Times. 74(3):108-10, 1978 Jan 19

Hansker

Hvorfor benytte engangshansker?

- Beskytte helsepersonells hender mot forurensning av mikroorganismer, blod og andre kroppsvæsker.
- Beskytte pasienten og omgivelsene mot forurensning fra helsepersonellets hender.

Anledningene for håndhygiene er de samme, uavhengige om hansker benyttes eller ikke

Når skal du benytte hansker?

Direkte pasientkontakt

Kontakt med kroppsvæsker, slimhinner, ikke intakt hud og ved smitte. Ved prosedyrer som innleggelse og seponering av perifer venekanyle, blodprøvetaking, underlivsundersøkelse, og suging av luftveier.

Indirekte pasientkontakt

Håndtering av urent utstyr som pussbekken, bekken og urinflasker. Sjøppelhåndtering og ved fjerning av søl av kroppsvæsker.

Når trenger du ikke hansker?

Direkte pasientkontakt

Håndhilsning og vanlig sosial kontakt, måle blodtrykk og puls, hårvask, oventil stell og påkledning , pasienttransport, håndtering av infusjonsslanger og koblinger der det ikke er synlig blod.

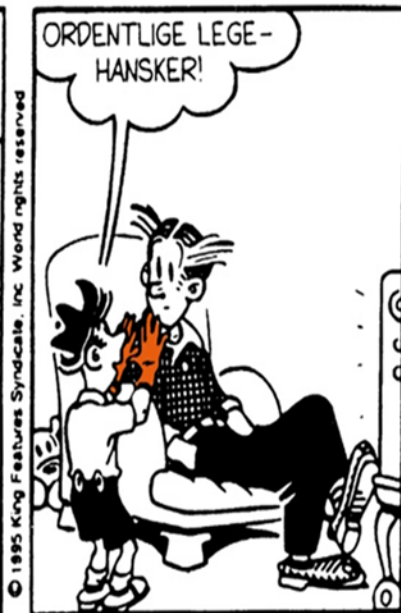
Indirekte pasientkontakt

Bruk av telefon, dokumentasjon på pasientkurve, utdeling av orale medikamenter, matservering, sengereing, håndtering av oksygentilførsel med nesekateter/maske og berøring av møbler.



Hansker forts.

- Benytt lateks eller nitrilhansker med lang mansjett
- Vinylhansker ikke anbefalt ved pasientrettet arbeid
- Viktig med opplæring i indikasjoner for hanskebruk
 - Reduserer etterlevelse av håndhygiene
 - Benyttes ofte unødvendig
 - Hudirritasjon
 - Avfall





Anbefalinger - håndsmykker



Signifikant hyppigere forekomst av Enterobacteriaceae [odds ratio 2.71 (95% CI: 1.42–5.20), $P = 0.003$] (N= 465)



Signifikant høyere total bakteriemengde (3.25, CI95 [1.73 – 6.07], $p = 0.001$) (N= 200)

Negler

Negler over 2 mm =

Signifikant hyppigere
forekomst av *S. aureus*
(OR 2.17, $p = 0.004$)
(N= 456)

- Påsatte negler har forårsaket flere utbrudd i helsetjenesten og bør ikke brukes av helsepersonell.
- Neglelakk anbefales ikke.



Foto: Colourbox

Ny nasjonal veileder

- Nasjonal veileder for håndhygiene: 1990, 2004
- Behov for oppdatering
- Oppstart februar 2015
- Utarbeidet i tett samarbeid med landets fire kompetansesentre for smittevern og Nasjonal arbeidsgruppe for markering av håndhygienens dag 5. mai
- Åpen høring 1.- 17. april 2016 (www.fhi.no)
- Preliminær utgave lansert mai 2016

- Utvidet høring til 1. august 2016
- Endelig utgave november 2016



Formål og målgruppe

Formål

«Formålet er å legge til rette for god praksis ved å gi **oppdatert kunnskap og anbefalinger om håndhygiene i helsetjenesten.**

Veilederen gir et faglig rammeverk for utforming, implementering og evaluering av interne håndhygieneprogram, retningslinjer og prosedyrer knyttet til håndhygiene».

Er dine pasienter i trygge hender?



Husk håndhygiene!

folkehelseinstituttet

Innhold

1. Bakgrunn
 2. Indikasjoner for håndhygiene
 3. Anbefalinger for håndhygiene
 4. Andre aspekter ved håndhygiene
 5. Implementering av anbefalinger for håndhygiene
 6. Veilederens kunnskapsgrunnlag
- Referanser
- Vedlegg

Nasjonalt markering av 5. mai – bli med!

Er dine pasienter i trygge hender?

Husk håndhygiene!

folkelseinstituttet Regionale kompetansesentre i smittevern

Er dine pasienter i trygge hender?

Husk håndhygiene!

folkelseinstituttet Regionale kompetansesentre i smittevern

Har du rene hender?

folkelseinstituttet Regionale kompetansesentre i smittevern

Håndhygiene til rett tid
Pasienter med urinkateter

Utlev håndhygiene for håndtering av urinkateter eller dressingsystem som kan utføres foransekning av urin, samt i) Etter påføring av urinkateter, urinkateter for å sette kateter eller for å ta ut kateter eller for å ta ut dressingen

1 Før kontakt med pasient eller pasientens omgivelser

2 Før kontakt med pasient

3 Etter fuktig håndvask med såpe/vaskemiddel

4 Etter kontakt med pasient

5 Etter kontakt med pasientens omgivelser

Utlev håndhygiene utøvelsforutsett utveksling av kateter eller dressingsystem som kan utføres foransekning av urin, samt i) Etter påføring av urinkateter, urinkateter for å sette kateter eller for å ta ut kateter eller for å ta ut dressingen

ANDRE INFEKSJONSFOREBYGGENDE TILTAK VED URINKATETER

- Bruk kateter kun på kort tid (hvis mulig), og etter grundig vurdering av om kateteret utgjør en nødvendig og fordelaktig del av behandlingen.
- Ved behov for kateterisering bør steril instrumenterte kateterisering (SIC) vurderes som et alternativ til kirurgi og kateterisering med trelliggende kateter (SAC).
- For kateterisering av pasienter (for utskiftning og reparasjon) skal det sikres at de ikke berører kateteret i tillegg til å holde dressingsystemet lukket, og sørg for at dressingen er utsluttet og at dressingsystemet ikke berører tid helse andre pasienter.
- Børst ut kateteret med 70% alkohol eller kateter med dressingsystem av kateter i helseutviklingen.
- Sørg for at kateteret er sterilisert og pakket som kateteret kan brukes.
- Bruk av antibiotika for å forebygge urinfeksjoner anbefales ikke, med mindre det finnes klinisk indikasjon.

Se Nasjonal veileder for forebygging av kateterrelaterte urinfeksjoner for flere utvalgte anbefalinger.

folkelseinstituttet Regionale kompetansesentre i smittevern

Basert på: 1) Ikonsett av håndhygiene, Foto av Jens Per patient with a urinary catheter © Global Health Organization

Den usynlige utfordring



<https://www.youtube.com/watch?v=TkjinUWvF4M4>

Oppsummering

Effektiv håndhygiene er håndhygiene som er utført:

- til rett tid
- med rett produkt
- med riktig teknikk

Effektiv håndhygiene forutsetter:

- god hudpleie
- fravær av håndsmykker
- fravær av påsatte negler
- korte, rene negler

Takk for oppmerksomheten



Spørsmål?