

# Trygg på jobb: Covid-19 informasjonspakke for helsevesenet



## Vi er her for å hjelpe.

Dere, som personell i helsevesenet, står overfor en krise uten sidestykke med utbruddet av COVID-19. Dere har fokus på å tilby kvalitetsomsorg til tross for mangelen på personlig beskyttelsesutstyr (PPE/PBU) sammen med volumet og alvorligheten av pasienter som søker behandling. I mellomtiden er ansatte innen renhold og miljøtjenester (EVS) også i front, og hjelper til med å stoppe spredningen av denne dødelige, smittsomme sykdommen.

Som det ledende globale merket for profesjonell hygiene, er vi her for å hjelpe. Vi er her for å støtte dere ved å tilby vesentlig informasjon, verktøy og løsninger som kan hjelpe med å holde dere, og de dere har omsorg for, så trygge som mulig under denne pandemien. Vi håper dere finner informasjonen i dette heftet både relevant og nyttig.

Takk for deres innsats i front under denne krisen, og vi håper at dere og deres kolleger holder dere trygge gjennom denne utfordrende tiden.

Vennlig hilsen

Tom Bergin  
Marketing Director – Helse  
Essity Professional Hygiene



## COVID-19

Mens antallet pasienter med COVID-19 fortsetter å øke, er helsevesenet over hele verden under vesentlig stress. De fleste som utvikler COVID-19 blir friske etter kun milde symptomer. Men da COVID-19 er en virusinfeksjon, er det en fare for at pasienter utvikler et mer alvorlig sykdomsbilde og andre sykdommer som for eksempel alvorlig lungebetennelse og sepsis.

Å følge riktige protokoller for håndhygiene, prosedyrer for rutinerengjøring og desinfisering, og optimalisering av plassering av dispensere kan hjelpe med å redusere spredningen av viruset som forårsaker COVID-19. Dette verktøysettet gir deg ressursene du trenger for å hjelpe til å forsterke disse praksisene innen din helseinstitusjon både under dette utbruddet og etterpå.



## Kliniske syndromer assosiert med COVID-19



### Mild sykdom

Ikke-spesifikke symptomer som feber, utmattelse, hoste, muskelsmerter, sår hals, dyspné, nesetetthet eller hodepine



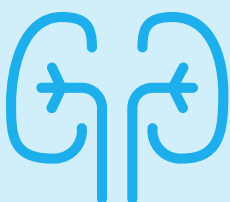
### Lungebetennelse

En form for akutt luftveisinfeksjon som påvirker lungene



### Alvorlig lungebetennelse

Alvorlige tilfeller av lungebetennelse krever ofte sykehusinnleggelse



### Sepsis

Livstruende organfunksjon



### Septisk sjokk

Vesentlig senkning i blodtrykk som kan lede til respirasjons- eller hjertesvikt, slag, svikt i andre organer og død

### Forebygging av sepsis

For mer informasjon og ressurser om viktigheten av håndhygiene og sårbehandling for forebygging av sepsis innen din helseinstitusjon, besøk vår ressurside «Forebygging av sepsis».

[Les mer](#)

# Håndhygiene

I det nye og allerede eksisterende helsepersonell går inn i arbeidsstyrken for å møte et økende behov, er det viktigere enn noensinne å minne om viktigheten av riktig håndhygiene for å kontrollere spredningen av smittsomme sykdommer som COVID-19.

De bør bruke hånddesinfiseringsmidler eller vaske hendene sine med såpe og vann, ifølge Verdens Helseorganisasjons tilnærming «Mine 5 øyeblikk for håndhygiene». Noen viktige øyeblikk for å utføre håndhygiene under utbruddet av COVID-19 inkluderer:

- Før og etter all pasientkontakt
- Kontakt med potensielt smittsomt materiale
- Før man tar på seg og etter fjerning av personlig beskyttelsesutstyr (PPE/PBU)

Hvis hendene deres er synlig tilskitnet, må de vaske hendene sine med såpe og vann.

Du må sørge for at forsyninger av håndhygiene er enkelt tilgjengelig for alt personell på ethvert omsorgssted. Nedenfor er også noen ressurser for å forsterke riktige teknikker for håndhygiene med nye ansatte i helsevesenet.



## Ressurser

**Prosedyre for håndvask**

Vask hendene med likant vann og såpe, og bruk vand papirhåndtørk.

**Prosedyre for håndvask**

[Last ned](#)



**Prosedyre for hånddesinfisering**

Desinfiser hendene dine

**Prosedyre for hånddesinfisering**

[Last ned](#)



**Opplæring i håndhygiene**

Forbedre håndhygiene din i en virtuell virkelighet

Last ned appen

Virtuell virkelighet for dyper læring

**VR-opplæring rene hender**

[Les mer](#)



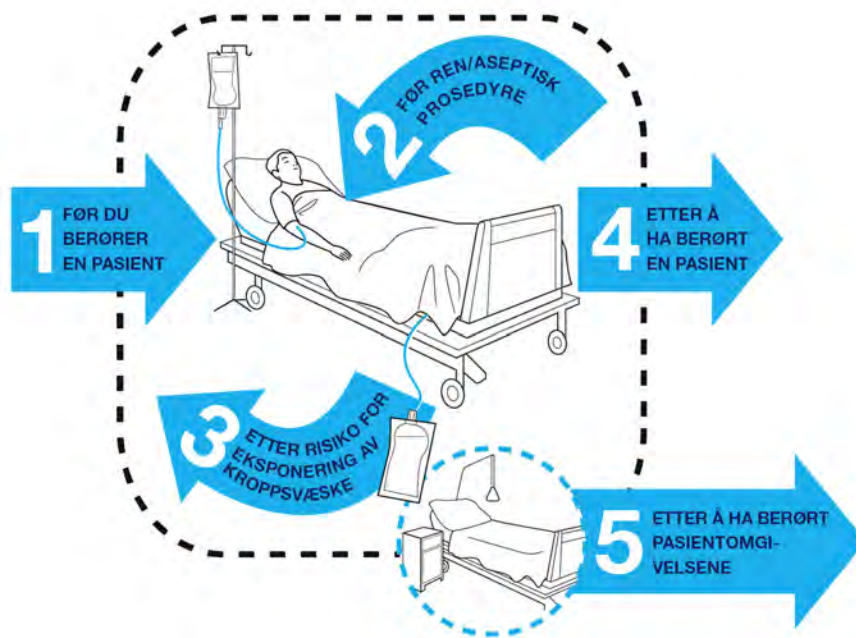
Lag et virkingsfullt brosjyre for isolerte eller avdelingen din.

**Tork lag din egen plakart**

[Les mer](#)



# VHOs 5 øyeblikk med håndhygiene for helsepersonell



## 1 Før du berører en pasient

For å redusere pasientens eksponering for å bli kolonisert med mikroorganismer fra helsepersonell, må håndhygiene skje før du berører en pasient eller går inn i pasientsonen. Pasientsonen inneholder pasienten og deres nærmeste omgivelser, inkludert overflater som berøres av pasienten (for eksempel sengelister, infusjonsrør) og overflater som ofte berøres av personalet (for eksempel skjermer, håndtak og knapper).

## 2 Før en ren/aseptisk prosedyre

Før du utfører en ren/aseptisk prosedyre, er håndhygiene kritisk for å forhindre helsevesen-assosierte infeksjoner (HAI). Håndhygiene bør skje mellom den siste eksponeringen til en overflate og umiddelbart før tilgang til et kritisk område med smitterisiko for pasienten eller et kritisk område med kombinert smitterisiko.

## 3 Etter risiko for eksponering av kroppsvæske

Etter å ha utført en oppgave som er forbundet med risiko for å utsette hender for kroppsvæsker, må håndhygiene skje umiddelbart og før en ny eksponering fra hånd til overflate, selv om du holder deg innenfor pasientsonen. Denne handlingen reduserer både risikoen for å bli kolonisert eller infisert av smittsomme stoffer, og risikoen for overføring av mikroorganismer fra et «kolonisert» til et «rent» kroppssted på samme pasient.

## 4 Etter å ha berørt en pasient

Etter å ha berørt pasienten og før du berører et objekt i området utenfor pasienten, er håndhygiene viktig for å minimere risikoen for spredning i helsemiljøet. Denne handlingen beskytter også deg ved å vesentlig redusere forurensningen av hendene dine med flora fra pasienten.

## 5 Etter å ha berørt pasientomgivelsene

Det siste momentet for håndhygiene oppstår mellom håndeksponering mot en overflate i pasientsonen og en påfølgende håndeksponering mot en overflate i området utenfor pasienten – men uten at man berører pasienten. Håndhygiene kreves i dette øyeblikket siden eksponering for pasientobjekter, selv uten fysisk kontakt med pasientene, er forbundet med håndkontaminering.

# Overflaterengjøring

Prosedyrer for rutinerengjøring og desinfisering er passende for viruset som forårsaker COVID-19, så pass derfor på at disse prosedyrene følges konsekvent og korrekt, spesielt for overflater som ofte blir berørt, slik som:

- Sengebord
- Gulv
- Sengelister på sykehus
- Nattbord
- Stoler
- Dørhåndtak

Håndtering av klesvask, redskaper for matserving og medisinsk avfall skal også utføres ved å følge rutineprosedyrer. EVS-personell spiller en viktig rolle i å hjelpe med å hindre COVID-19-smitte i å spre seg, ved å arbeide med kolleger, prioritere risikoområder og følge retningslinjer for rengjøring og desinfisering.

Når man tar seg av pasienter med kjent eller mistenkt COVID-19, må dedikert medisinsk utstyr brukes. Alt ikke-dedikert, ikke-disponibelt medisinsk utstyr brukt må rengjøres og desinfiseres i henhold til instruksjoner fra produsent og institusjonens retningslinjer.

Nedenfor er noen verktøy og retningslinjer for å hjelpe deg å sikre at din helseinstitusjon forblir hygienisk, for å redusere spredningen av COVID-19.



## Ressurser

**CDCs miljøsjekkliste for overvåking av terminalrengjøring**

**Beste praksiser for miljøvennlig rengjøring på helseinstitusjoner**

**Omfattende sjekkliste for sykehusberedskap**

[Last ned](#)

[Last ned](#)

[Last ned](#)

# Plassering av dispensere

Ettersom mer midlertidige sykehus enten blir bygget nytt eller omdannet fra eksisterende bygninger for å behandle pasienter med COVID-19, har vi en mulighet til å forsterke riktig håndhygiene i disse fasilitetene gjennom optimal plassering av dispensere. Studier viser at optimalisering av dispenserplassering kan øke bruk med mer enn 50 %, <sup>1</sup> og at kun å øke antallet dispensere har en mindre effekt på bruk, enn å beholde samme antall dispensere, men gjøre dem mer synlige. Her er noen ledende prinsipper for områder som normalt finnes på sykehus, basert både på Tork-sponset forskning og uavhengige funn fra uavhengige akademiske studier.



## Sykehusinngang

- 1 Mange besøkende rengjør ikke hendene når de kommer inn på sykehuset. Gir man enkel tilgang til og informasjon om håndhygiene, kan dette ha store fordeler.



## Vanlig, privat pasientrom

- 1 Plassering av dispensere på «gåruter» og på steder hvor pleie ofte gis, resulterer i økt bruk.
- 2 Dispensere skal ikke plasseres ved bakliggende områder, bak andre objekter eller ute av syne.



## Delvis privat pasientrom

- 1 Denne typen rom krever mer enn én dispenser.
- 2 Kjente plasseringer eliminerer behovet for å lete etter en dispenser. I en observasjonsstudie ble det bevist at dispensere plassert nært vasker og inngangen til rommet ble brukt oftere enn dispensere plassert bak i rommet.
- 3 Utfør en arbeidsflytstudie for å se hvor «høytrafikk»-områdene i rommet er, så vel som hvor helsepersonell står når ett av de 5 øyeblikkene oppstår.
- 4 I tillegg til steder med høy trafikk, legg spesielt merke til hvor helsepersonell går mellom pasienter.



## Sykepleierstasjon

- 1 En observasjonsstudie viste at dispensere på sykepleierstasjonen ble brukt oftere enn dispensere plassert på veggen bak pasientsengene.
- 2 Plasser dispensere i korridorer for bruk på farten.