

Hygienråd i förskolan för barn och personal

Förskoleverksamheten har ansvar för egenkontroll och dokumentation av hygienrutiner. Infektioner i förskolan sprids främst via händerna, men även via föremål som till exempel textilhanddukar, handtag och leksaker. Handhygien är mycket viktig. Om man följer dessa råd kan man minska risken för smittspridning.

Handhygien för barn

Vid handtvätt tvättas händerna med flytande tvål och vatten. Torka händerna på engångshandduk.

- När händerna är smutsiga
- Före måltid, dukning och servering
- Före medverkan i matlagning/bakning
- Efter toalettbesök och vid behov efter blöjbyte
- Efter utevistelse

Lär barnen att hosta/nysa i armvecket i stället för i handen eller ut i luften.

Hygienråd för personal

Kortärmad klädsel, kortklippta naglar och händer utan ringar, armbandsur och handledssmycken underlättar god handhygien. Vid handtvätt tvättas händerna med flytande tvål och vatten. Torka händerna torra på engångshandduk. Handtvätt kan i vissa situationer ersättas eller kompletteras med handsprit.

Handtvätt med flytande tvål och vatten:

- Efter toalettbesök/blöjbyte vid nedsmutsning, annars enbart handsprit
- Efter kontakt med kroppsvätskor
- Före måltid, dukning och servering
- Före matlagning/bakning
- Efter utevistelse
- Efter hantering av smutstvätt

Handsprit kan i vissa situationer ersätta handtvätt. Man kan använda handsprit när ingen synlig eller kännbar smuts finns på händerna eller efter att man tvättat händerna och torkat torrt med engångshandduk. Handsprit är återfettande och skonsam mot huden.

- Ta rikligt med handsprit i händerna
- Fördela spriten på och mellan fingrarna, på handryggar, handflator och runt handleder. Glöm inte tummarna, fingertopparna och ovasidan av fingrarna.
- Arbeta in spriten tills händerna känns torra

Handsprit kan till exempel användas efter blöjbyte/hjälp efter toalettbesök och före mathantering när händerna inte är nedsmutsade. Om möjligt används handsprit efter att man hjälpt barnet att snyta sig.

Handskar

Används vid risk för direktkontakt med kroppsvätskor., t ex urin och avföring.

- Vid blöjbyte/toalettbesök om barnet har haft avföring
- Vid kontakt med kräkning eller blod.
- Vid städning av hygienutrymmen

Efter att man använt handskar ska man använda handsprit.

Blöjbyte/barnens toalettbesök - personal

Handfat med rinnande vatten bör finnas och helst även duschmöjligheter. Ha engångshandskar, engångsunderlägg, engångstvättlappar, engångshanddukar, ytdesinfektionsmedel (att torka ytor med) och handsprit inom räckhåll. Helst ska klädseln vara kortärmad, naglarna korta och inga ringar, armbandsur etc.

- Blöjbyte görs på skötbord med avtorkningsbar dyna (som tål ytdesinfektionsmedel) och engångsunderlägg
- Använd handskar vid risk för kontakt med kroppsvätskor och om barnet har haft avföring. Handskarna byts efter varje barn.
- Barnet tvättas och torkas med engångsvättlappar
- Vid behov tvätta barnets händer
- Byt underlägg mellan varje barn och torka av underlaget med ytdesinfektionsmedel efter varje byte
- Kasta använd blöja i sophink med lock. Vid misstänkt magtarmsjuka knyts igen soppåsen och kasta den direkt
- Tvätta händerna alt. använd handdesinfektion
- Skötbord och handfat rengörs med rengöringsmedel dagligen
- Plastförkläde av engångstyp används vid risk för stänk t ex. vid kräkning och diarré
- Efter barnens toalettbesök får barnen vid behov hjälp med handtvätt
- Använd handskar om barnet har haft avföring. Handskarna byts efter varje barn.
- Tvätta händerna alt. använd handdesinfektion

Blodsmitta - personal

Överföring av blodsmitta inom förskolan är extremt ovanlig i Sverige. För att blodsmitta ska överföras krävs att smittat blod ska komma in i blodbanan på en annan person. Detta kan t ex ske genom att smittat blod kommer i kontakt med ett sår eller att blodstänk kommer i kontakt med slemhinna. Huden fungerar som en skyddsbarriär. När ett barn blöder ska personalen alltid:

- Använda handskar, plastpåse eller dylikt
- Tvätta bort blodet, spola gärna under vattenkran
- Plåstra om eller lägg på annat förband på såret
- Torka upp ev. blodspill ordentligt, ev. med Klorin (spädes 1:10) eller 70 % alkohol (ytdesinfektion)
- Förpacka blodigt avfall noga (gärna dubbla soppåsar), som knyts igen direkt och kastas som vanliga sopor
- Maskintvätta blodiga kläder
- Tvätta händerna efteråt

Mat- och livsmedelshantering - personal

Förskoleverksamheten ansvarar för att det finns dokumenterade rutiner för livsmedelshantering samt egenkontroll av rutinerna. Barn eller personal som är infekterade ska inte delta i mathantering, dukning eller bakning. Vid infektionsproblem på förskolan bör barnen avstå all mathantering inklusive bak.

- Rent förkläde används av personalen vid mathantering
- Handtvätt före alla måltider (även före mellanmål, fruktstund och fika)
- Matborden torkas av före och efter måltid
- Barnen ska alltid dricka ur egen mugg eller eget glas
- Färdigskivat pålägg är att föredra.
- Håll arbetsytor och redskap rena. Byt disktrasa varje dag.
- Hantera olika livsmedel var för sig i köket t ex kött, fisk och grönsaker. Helst olika skärbrädor för olika livsmedel. Förvara råvaror och lagad mat för sig.
- Extra känsliga livsmedel är bl.a. rå köttfärs, majonnäs, mjölk och såser. I dessa livsmedel kan smittämnen lätt växa till.
- Varm mat hettas upptill minst 70°C och varmhålls sedan vid minst 60°C, så kort tid som möjligt. Kyl av snabbt.
- Håll kall mat kall (högst 8°C). Termometer i kylan.
- Är du tveksam om ett livsmedels kvalitet – kasta det!

Städning/Rengöring

Förskoleverksamheten ansvarar för att städschema upprättas och egenkontroll av städningen. Vid spill av kroppsvätskor t ex kräkning, avföring eller blod använd ytdesinfektion. Vid övrig rengöring används rengöringsmedel och vatten. Dammen kan innehålla bakterier, virus, pollen mögelsporer, pälsdjursallergen mm. Försök att åstadkomma minsta möjliga dammuppvirvling vid städning. Bakterier och virus trivs i fuktig miljö t ex i fuktiga textilhanddukar och mjuka djur. Rutin för att höja städnivån vid smittspridning bör finnas.

Daglig rengöring

- Blöjbytesplats, toaletter, pottor och handfat. På toaletten bör det finnas toalettpapper, engångshanddukar och tvål. Använd handskar vid städning av hygienutrymmen.
- Matplats
- Golv

Veckorengöring

- Hyllor och andra ytor som barnen når.

Övrig rengöring

- Filtar, madrassöverdrag, örngott mm. bör tvättas 1-2 gånger per månad samt vid behov
- Leksaker rengörs varannan månad samt vid behov
- Stoppade möbler, textiltavlor och dylikt bör dammsugas regelbundet
- Gardiner, kuddar, tvättbara leksaker och utklädningskläder bör tvättas ett par gånger per termin
- Storstädning bör ske återkommande under året, t ex lampor, ventilationsdon och golvbrunnar
- Vid inköp av lekmaterial, tänk på hur det kan rengöras. Det är en fördel att kunna rengöra lekmaterial i disk- eller tvättmaskin.

Övriga hygienrekommendationer

- Information om förskolans rutiner till föräldrar t ex:
 - När barnen bör vara hemma
 - Allmäntillståndet oftast styr när barnet kan återvända
 - Personal som dagligen ser barnet i olika situationer märker om barnet orkar vara på förskolan eller inte
 - Lär barnen handhygien samt att hosta och nysa i armvecket för att minska smittspridning
- Använd engångsmaterial i största möjliga utsträckning t ex pappershanddukar och pappersnäsdukar
- Nappar förvaras så att barnen inte kommer åt varandras nappar
- Kontakt och samarbete med BVC-sjuksköterska
- Daglig utevistelse i förskolan minskar smittspridning och uppskattas ofta av barnen
- Undvik vattenlek i baljor och små bassänger. Använd vattenspridare istället.
- För frånvarostatistik. Bra faktaunderlag vid infektionsproblem på förskolan.
- Rutiner bör finnas för åtgärder vid utbrott av smitta. Skärpta hygienrutiner som t ex utökad rengöring och städning. För att minska smittspridning vid återkommande magtarminfektioner kan förskolan, förutom att skärpta hygienrutiner, i samråd med föräldrar överväga att låta symptomfria syskon till magsjukt barn stanna hemma från förskolan. Ev. kontakt med BVC-sköterska på närmaste hälsocentral och/eller Smittskydds-enheten.

Vid anställning av personal

- Förskolepersonal rekommenderas undersökning för tuberkulos vid anställning, Se www.vll.se/smittydd under rubriken *Tuberkulos*.

För mer information

- Socialstyrelsens bok *Smitta i förskolan*: www.folkhalsomyndigheten.se
- 1177 Vårdhygien: www.1177.se