

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. Här följer förslag till råd och rutiner som minskar risken för smittspridning.

Handhygien för barn

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

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

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.

Vid problem med magsjuka rekommenderas handtvätt och kan då kombineras med efterföljande användning av handsprit.

Handtvätt med flytande tvål och vatten:

- Efter toalettbesök
- Efter blöjbyte
- Efter kontakt med kroppsvätskor, till exempel blod, kräkning eller avföring
- Före måltid, dukning och servering
- Före matlagning/bakning
- Efter utevistelse
- Efter kontakt med djur
- Efter hantering av smutsvätt

Handsprit kan i vissa situationer ersätta handtvätt. Det gäller när ingen synlig eller kännbar smuts finns på händerna, till exempel efter att man använt handskar eller när man hjälpt ett barn att snyta sig. Kan även användas som extra komplement efter handtvätt. Handsprit är återfettande och skonsam mot huden.

- Används på ren och torr hud
- Ta rikligt med handsprit i händerna. Fördela spriten på och mellan fingrarna, på handryggar, handflator och runt handleder. Arbeta in spriten tills händerna känns torra.

Handskar, efter att man använt engångshandskar ska man tvätta händerna eller använda handsprit.

- Vid blöjbyte och vid hjälp med barnens toalettbesök
- Vid kontakt med kroppsvätskor

Blöjbyte

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 och dylikt. Det bör finnas engångsförkläde till hands att använda vid risk för stänk.

- Blöjbyte görs på skötbord med avtorkningsbar dyna (som tål ytdesinfektionsmedel) och engångsunderlägg.
- Engångshandskar används vid blöjbyte. Handskarna byts efter varje barn.
- Engångsförkläde av plast används vid risk för stänk.
- Barnet tvättas och torkas med engångstvättlappar.
- Kasta använd blöja i sophink med lock. Bajsblöja läggs i soppåse som knyts ihop och kastas direkt.
- Tvätta barnets händer.
- Använd handsprit eller tvätta händerna efter att handskarna tagits av.
- Byt pappersunderlägg och rengör skötbordet med ytdesinfektionsmedel (alkohol + rengöringsmedel) efter varje barn.
- Daglig rengöring av skötbord och handfat med rengöringsmedel.

Barnens toalettbesök

- Engångshandskar används vid hjälp med barnens toalettbesök. Efter att handskarna tagits av används handsprit eller tvätta händerna.
- Hjälp barnen med handtvätt.

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 till exempel 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. Använd ytdesinfektionsmedel (alkohol + rengöringsmedel).
- Förpacka blodigt avfall noga, knyt igen påsen direkt och kasta 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 till exempel kött, fisk och grönsaker. Helst olika skärbrädor för olika livsmedel. Förvara råvaror och lagad mat för sig.

- Extra känsliga livsmedel är bland annat rå köttfärs, majonnäs, mjölk och såser. I dessa livsmedel kan smittämnen lätt växa till.
- Varm mat hettas upp till 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 är tveksam om livsmedlets kvalitet – kasta det!

Städning/Rengöring

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

- Örngott bör tvättas minst en gång per vecka samt vid behov.
- Filtar, madrassöverdrag mm. bör tvättas 1–2 gånger per månad samt vid behov.
- Leksaker rengörs varannan månad samt vid behov.
- Stoppade möbler, textiltavlor och dyligt bör dammsugas regelbundet.
- Gardiner, kuddar, tvättbara leksaker och utklädningskläder bör tvättas ett par gånger per termin.
- Storstädning bör ske återkommande under året, exempelvis 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:
 - När barnen bör vara hemma.
 - Allmäntillståndet styr oftast 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, till exempel 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.

- Förslag på skärpta hygienrutiner bör finnas för att användas vid utbrott av smitta. Det kan innebära att komplettera personalens handtvätt med handsprit efteråt. Även andra åtgärder kan vidtas som exempelvis utökad rengöring av leksaker, utökad städning av toaletter och platser där barnen tar med sina händer. Mat hanteras och serveras endast av vuxna, alla blöjor läggs i soppåsar som knyts igen och kastas direkt. För att minska smittspridning vid återkommande magtarminfektioner kan förskolan, förutom skärpta hygienrutiner, i samråd med föräldrar överväga att låta symptomfria syskon till magsjukt barn stanna hemma från förskolan. Eventuellt kontakt med BVC-sköterska på närmaste hälsocentral och/eller Smittskydds-enheten.

Vid anställning av personal

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

För mer information

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