



Årshjul för hygienarbete

Vårdhygien, Region Västerbotten

2025-02-20

Syftet med årshjulet är att öka patientsäkerheten genom att erbjuda tips och idéer på olika aktiviteter för att öka kunskapen om Vårdhygien och sprida informationen på arbetsplatsen. För att ha en god kunskap och följsamhet till hygienrutiner behöver ämnet lyftas regelbundet.

Årshjulet riktar till sig till hygienombud eller motsvarande inom regional vård. Det är frivilligt att göra aktiviteterna. Det är inte nödvändigtvis hygienombudet som ska hålla i aktiviteterna, det kan lika väl vara en chef eller kollega.

Mätningar av basala hygienrutiner och klädregler (BHK) och vårdrelaterade infektioner (PPM-VRI) ska som tidigare utföras två gånger per år.

Tips för ett lyckat utförande

Involvera chef

Gå igenom årshjulet och aktiviteterna med ansvarig chef och gör en plan för vilka aktiviteter som kan utföras och när detta ska ske. Det är avdelningschefen som har huvudansvaret för det vårdhygieniska arbetet på enheten.

Samarbeta med andra

Skapa en hygiengrupp på arbetsplatsen. Samarbeta med närliggande verksamheter och ta hjälp/inspireras av varandra

Informera kollegorna

Hygienombud eller avdelningschef informerar om årshjulet och vad det innebär.

Vårdhygien

Vårdhygien finns tillgänglig som stöd vid frågor eller funderingar kring hur du som hygienombud kan lägga upp ditt arbete över året.

Materialet är utarbetat med inspiration av Vårdhygien, Region Jönköping.

Teman

Januari	Personalvård
Februari	Förråd
Mars	Mätningar av basala hygienrutiner och klädregler (BHK) och vårdrelaterade infektioner (PPM-VRI)
April	Vårdhygienisk egenkontroll (VEK)
Maj	Handhygien
Juni	Introduktion till nya kollegor
Juli	
Augusti	
September	Städning, rengöring, tvätt och avfall
Oktober	Mätningar av basala hygienrutiner och klädregler (BHK) och vårdrelaterade infektioner (PPM-VRI)
November	Luftvägsvirus
December	Infektioner i mag- och tarmkanalen

Januari

Tema: Personalvård

Månadens aktiviteter ska främja personalvård och förebygga personalinfektioner. Här hittar ni bland annat tips om hur man tar hand om sina händer på bästa sätt.

Händer

Under vinterhalvåret blir huden lätt torr och irriterad. Det finns några åtgärder för att förebygga eller motverka detta:

- Tvätta bara händerna med tvål och vatten när det behövs (när händerna känns eller är synligt smutsiga samt efter kontakt med patient med diarré eller kräkning), eftersom tvål och vatten torkar ut händerna.
- Handdesinfektion har återfuktande medel och torkar inte ut händerna.
- Använd handskar vid hantering av ytdesinfektionsmedel då detta torkar ut huden.
- Smörj gärna händerna med mjukgörande kräm.
- Undvik överanvändning av handskar. Hög grad av handskanvändning och att bära handskar under lång tid kan orsaka eksem.
- Vid bestående problem med exempelvis eksem ta kontakt med din chef.

Sår och plåster

Har du ett sår på dina händer som gör att du inte kan utföra en korrekt handdesinfektion ska du inte arbeta patientnära. Detsamma gäller om du har ett plåster/förband på såret, även om det är ett vattenavvisande plåster. Du kan inte heller ersätta handdesinfektionen med handskar då man behöver desinfektera händerna före och efter användning av handskar. Prata med din chef, det kanske finns andra arbetsuppgifter du kan utföra tills såret har läkt.

Stick och skär

Omedelbart när tillbud eller skada uppstår:

- Skölj omedelbart bort blodet eller den blodtillblandade kroppsvätskan med rikligt med vatten. Desinfektera med alkohol, till exempel handsprit, gärna två gånger och låt torka mellan gångerna.
- Vid stänk i munnen, ögonen eller på skadad hud, till exempel eksem, skölj med rikliga mängder vatten, fysiologiskt koksalt eller liknande.
- Fråga om patienten godkänner provtagning och om den som stuckit sig får ta del av analysvaret.

- Fråga om möjligt om eventuell blodsmitta.
- Informera chef.

För att minska risken för blodsmitta ska du alltid ha på dig handskar när du hanterar blod, till exempel tar blodprover eller sätter pvk. Tänk på att allt blod ska hanteras på samma sätt.

Varje verksamhet skall ha en lokal rutin för stick- och skärskador. Vårdhygien har en länsövergripande rutin, Stick- och skärskador samt exponering med risk för blodburen smitta.

Luftvägsinfektioner

Personal som har nytillkomna symtom på luftvägsinfektion och som inte mår tillräckligt bra för att arbeta, eller har nytillkomna luftvägssymptom och feber >38 grader stannar hemma och kontaktar sin chef.

Förslag på aktiviteter

- Lyft vikten av hel hud på händer och underarmar
- Lyft rutinen "Stanna hemma från jobbet vid luftvägsinfektioner", hur gör vi?
- Lyft "Rutin vid stickskada" på en arbetsplatsträff, så den blir känd hos alla

För mer information

[Stanna hemma från jobbet vid luftvägsinfektion - Vårdhygien, RV](#)

[Rutin vid stickskada - Vårdhygien, RV](#)

[Personalinfektioner inom hälso- och sjukvård - Vårdhandboken](#)

[Handskanvändning i vården - Folkhälsomyndigheten](#)

Februari

Tema: Förråd

Månadens aktiviteter handlar om förrådsrutiner.

Det är viktigt att hantera produkter aseptiskt, det innebär ett arbetssätt som behåller det rena rent och det sterila sterilt. Det finns många aspekter att ta hänsyn till för att bevara renhetsgraden hela vägen fram till patienten. Detta innefattar bland annat avemballering, korrekt förvaring i förråd och god handhygien vid hantering.

Förslag på aktiviteter

- Uppmuntra/påminn kollegor att sprita händerna innan de hämtar i förråd
- Se över om handdesinfektion finns i/nära alla förråd/skåp
- Rensa bort överflödigt material, för att skapa lättstädade rum
- Minska antalet artiklar i närförråd och exempelvis stickvagnar
- Se till att sterila artiklar förvaras i avdelningsförpackning i stängda skåp
- Förbrukas sterila artiklar som förvaras utanför förråd inom rimlig tid?
- Fungerar rutin för kontroll av utgångsdatum och städ av hyllplan/lådor?
- Desinfekteras flergångsutrustning innan den ställs i förråd?
- Byt ut inaktuell information och sätt vid behov upp nya skyltar i förråd
- Du som hygienombud kan läsa mer om olika förpackningstyper och hur de skall hanteras i vårdhandboken

Här är före- och efterbilder från en enhet som valde att förbättra sitt förråd.
Förrådsbilder från Vårdhygien Region Jönköping.



Foto: Region Jönköping, Vårdhygien

Förbättringsåtgärder som är vidtagna i ovanstående exempel:

- Ej förvaring på golv
- Inga transportförpackning/ytterkartonger
- Sterila artiklar/specificerad renhetsgrad förvaras i stängt skåp
- Onödiga artiklar/utrustning är borttaget
- Handdesinfektion finns lättillgängligt vid dörr
- Stängd dörr till förrådet

För mer information

[Förråd för sterila och höggradigt rena produkter – Vårdhygien RV](#)

[Förvaring - Vårdhandboken](#)

Mars

Tema: Mätningar

Mätning av följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler

Basala hygienrutiner och klädregler är till för att patienterna ska få en säker vård och personalen en säker arbetsmiljö där risken för infektion och smittspridning är så liten som möjligt. Vårdpersonalens följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler ska mätas inom all patientnära verksamhet genom observationsmätningar eller självskattning.

Mätningarna genomförs i mars och oktober.

Mätning av vårdrelaterade infektioner, VRI

En vårdrelaterad infektion (VRI) är en infektion som uppkommer hos en patient under slutenvård eller till följd av diagnostik, behandling eller omvårdnad inom övrig vård och omsorg.

En vårdrelaterad infektion orsakar stort mänskligt lidande för de drabbade. Dessutom innebär VRI stora kostnader för samhället. Vanliga VRI är urinvägsinfektioner, pneumoni och postoperativa sårinfektioner. Att patienten har KAD, infarter och sår ökar risken att de drabbas av en VRI, även hög ålder och immobilitet är riskfaktorer. Uppskattningsvis kan 30–50% av alla VRI undvikas genom förebyggande arbete.

Mätningarna genomförs som en punktmätning av alla inneliggande patienter inom regionen, en dag i mars samt en i oktober.

Mer information om mätningar finns på Intranätet, *Hälso- och sjukvård/Vårdhygien och Smittskydd*. Där kan du också hitta länk till resultatet för era mätningar via Vårdkvalité/PowerBi. Resonera gärna med en hygiensjuksköterska för att tolka ert resultat.

Förslag på aktiviteter

- Månadens aktivitet kan vara att besöka *VRI-smart.se*, en utbildning i att förebygga vårdrelaterade infektioner och sedan diskutera på er arbetsplats hur ni kan arbeta för att förebygga vårdrelaterade infektioner hos era patienter.

- Vilka vårdrelaterade infektioner är vanligast på er enhet?
- Vilka riskfaktorer är vanliga på er enhet?
- Prata om basala hygienrutiner och klädregler i arbetsgruppen
 - o Följer alla medarbetare basala hygienrutiner och klädregler på er arbetsplats?
 - o Ser ni några särskilda moment där det är svårt att följa basala hygienrutiner och klädregler?
 - o Vad tror ni att ni kan göra för att förbättra följsamheten till basala hygienrutiner och klädregler?
 - o Hur har tidigare mätningar sett ut?
 - o Finns det något rum där det är svårt att följa basala hygienrutiner?

För mer information

Vårdhygien Intranätet, Mätningar

Instruktioner till mätning – följsamhet basala hygienrutiner och klädregler - Vårdhygien, RV

Basala hygienrutiner - Vårdhygien, RV

Klädregler - Vårdhygien, RV

VRI-smart en utbildning i att förebygga vårdrelaterade infektioner

Patientsäkerhet - Socialstyrelsen

För mer information om korrekt hantering av PVK/CVK/KAD/sår:

Vårdhandboken

April

Tema: Vårdhygienisk egenkontroll (VEK)

Vårdhygienisk egenkontroll – VEK är ett stöd för systematiskt förbättringsarbete i syfte att upprätthålla god hygienisk standard och på så sätt förebygga smittspridning och vårdrelaterade infektioner. Den vårdhygieniska egenkontrollen används för att identifiera och åtgärda eventuella brister inom vårdhygieniska områden.

För dig som hygienombud är det bra om du har möjlighet att sätta dig in i vad den vårdhygieniska egenkontrollen (som är att likställa med tidigare hygienronder) innebär. Varje verksamhet går igenom checklistan med tillhörande vägledning en gång per år och upprättar vid behov en handlingsplan för hygienarbetet. Det är avdelningschefens ansvar att den genomförs och att eventuell handlingsplan följs upp. Du som hygienombud uppmuntras att delta i detta arbete. Kontakta gärna Vårdhygien vid funderingar, en hygiensjuksköterska kan delta som stöd vid den vårdhygieniska egenkontrollen och den efterföljande handlingsplanen.

Förslag på aktiviteter

Förslag på diskussionsfrågor (eller frågor till chefen):

- Hur har arbetet gått sedan förra VEK/ åtgärder och uppföljning?
- Ska tid bokas in för en ny VEK?
- Ska Vårdhygien kontaktas för specifik fråga eller som stöd med hela VEK?

För mer information

[Egenkontroll av vårdhygienisk standard - Vårdhygien, RV](#)

Maj

Tema: Handhygien

En god handhygien är den enskilt viktigaste åtgärden för att förebygga smittspridning inom vård och omsorg

Handhygiendagen 5/5

Världshälsoorganisationen (WHO) har utsett 5 maj till global handhygiendag. WHO:s årliga handhygiendag stödjer personal inom vård och omsorg i arbetet med att förbättra handhygienen.

Handskanvändning

En oren handske sprider smitta på samma sätt som en oren hand. Handskar ska bytas mellan varje arbetsmoment hos samma patient. Det förekommer felanvändning och överanvändning av handskar inom vård och omsorg. För att förhindra smittspridning är det viktigt att endast använda handskar när det behövs, det vill säga vid risk för kontakt med kroppsvätskor eller vid hantering av kemikalier och att då använda dem så kort tid som möjligt. Kom ihåg att alltid utföra handdesinfektion före och efter användning av handskar, vi ska ha en ren hand under handsken.

Förslag på aktiviteter

- Gå igenom senaste BHK-mätningen på arbetsplatsen med chef och därefter med arbetsgruppen, finns i Power BI
- Finns det en utarbetad rutin för information till patient om handhygien?
- Håll utkik efter aktiviteter på intranätet i samband med handhygiensdag
- UV-box? Vårdhygien har en handcheck som används för att säkerställa en korrekt handdesinfektion. Denna finns till utlåning ~~till er arbetsplats~~, kontakta gärna Vårdhygien

För mer information

[Rena händer räddar liv/handhygien och handskar - Folkhälsomyndigheten](#)

[Informationsmaterial - Vårdhygien, RV](#)

[Handskanvändning i vården - Folkhälsomyndigheten](#)

Juni

Tema: Introduktion för nya medarbetare

För att underlätta för nya medarbetare och för de kollegor som ansvarar för introduktionen så har Vårdhygien tagit fram ett dokument som innehåller information om basala hygienrutiner, skyddsutrustning, smittvägar och städ.

Förslag på aktiviteter

- Påminn ansvarig för inskolning om nedanstående dokument

För mer information

Vårdhygienisk introduktion till nyanställda i vården - Vårdhygien, RV

Basala hygienrutiner - Vårdhygien, RV

Klädregler - Vårdhygien, RV

Förråd - Vårdhygien, RV

Rutin vid stickskada - Vårdhygien, RV

September

Tema: Städning, rengöring, tvätt och avfall

Månadens aktivitet är att gå igenom era städ- och rengöringsrutiner samt tvätthantering.

Städning och rengöring

För att minska risken för smittspridning hos våra patienter är det viktigt att hålla nere mängden bakterier och virus i våra lokaler och på utrustningen vi använder.

Hygienrutiner, gula kortet -Vårdhygien, RV

Patientnära städning i vårdlokal - Vårdhygien, RV

Skötsel och kontroller av desinfektionsapparat - Vårdhygien, RV

Tvätthantering

All smutstvätt kan innehålla mikroorganismer som exempelvis hud- och tarmbakterier. Det är ovanligt att någon blir smittad, men vid felaktig hantering kan den utgöra en risk för smittspridning.

Hantering av smuts- och risktvätt - Vårdhygien, RV

Förslag på aktiviteter:

- Gå igenom era städ- och rengöringsrutiner samt rutiner för tvätthantering.
- Hur ser rutinen ut för daglig patientnära städning på er arbetsplats?
- Förtydliga var, när och vem som städar. Omvårdnadspersonal eller lokalvård?
- Hur rengörs och desinfekteras utrustning som används till flera patienter?

För mer information

Städning, rengöring - Vårdhandboken

Städning i vårdlokaler SIV - Vårdhygieniska rekommendationer för städ

Tvätthantering - Vårdhandboken

Avfallshandboken - RV

Rutiner för rengöring och desinfektion av medicinteknisk utrustning och hjälpmedel - Vårdhandboken

Oktober

Tema: Mätningar

Mätning av följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler

Basala hygienrutiner och klädregler är till för att patienterna ska få en säker vård och personalen en säker arbetsmiljö där risken för infektion och smittspridning är så liten som möjligt. Vårdpersonalens följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler ska mätas inom all patientnära verksamhet genom observationsmätningar eller självskattning.

Mätningarna genomförs i mars och oktober.

Mätning av vårdrelaterade infektioner, VRI

En vårdrelaterad infektion (VRI) är en infektion som uppkommer hos en patient under slutenvård eller till följd av diagnostik, behandling eller omvårdnad inom övrig vård och omsorg.

En vårdrelaterad infektion orsakar stort mänskligt lidande för de drabbade. Dessutom innebär VRI stora kostnader för samhället. Vanliga VRI är urinvägsinfektioner, pneumoni och postoperativa sårinfektioner. Att patienten har KAD, infarter och sår ökar risken att de drabbas av en VRI, även hög ålder och immobilitet är riskfaktorer. Uppskattningsvis kan 30–50% av alla VRI undvikas genom förebyggande arbete.

Mätningarna genomförs som en punktmätning av alla inneliggande patienter inom regionen, en dag i mars samt en i oktober.

Mer information om mätningar finns på Intranätet, *Hälso- och sjukvård/ Vårdhygien och Smittskydd*. Där kan du också hitta länk till resultatet för era

mätningar via Vårdkvalité/PowerBi. Resonera gärna med en hygiensjuksköterska för att tolka ert resultat.

Förslag på aktiviteter

- Månadens aktivitet kan vara att besöka *VRI-smart.se*, en utbildning i att förebygga vårdrelaterade infektioner och sedan diskutera på er arbetsplats hur ni kan arbeta för att förebygga vårdrelaterade infektioner hos era patienter.
- Vilka vårdrelaterade infektioner är vanligast på er enhet?
- Vilka riskfaktorer är vanliga på er enhet?
- Prata om basala hygienrutiner och klädregler i arbetsgruppen
 - o Följer alla medarbetare basala hygienrutiner och klädregler på er arbetsplats?
 - o Ser ni några särskilda moment där det är svårt att följa basala hygienrutiner och klädregler?
 - o Vad tror ni att ni kan göra för att förbättra följsamheten till basala hygienrutiner och klädregler?
 - o Hur har tidigare mätningar sett ut?
 - o Finns det något rum där det är svårt att följa basala hygienrutiner?

För mer information

[Mätningar - Vårdhygien, RV](#)

[Instruktioner till mätning – Vårdhygien, RV](#)

[Basala hygienrutiner - Vårdhygien, RV](#)

[Klädregler - Vårdhygien, RV](#)

[VRI-smart en utbildning i att förebygga vårdrelaterade infektioner](#)

[Patientsäkerhet - Socialstyrelsen](#)

För mer information om korrekt hantering av PVK/CVK/KAD/sår:

[Vårdhandboken](#)

November

Tema: Luftvägsvirus

Hösten är här och det är säsong för luftvägsvirus. Du som hygienombud har en viktig roll i att uppmärksamma det aktuella ämnet luftvägsvirus.

Förslag på aktiviteter:

- Visa var de vårdhygieniska riktlinjerna finns på Vårdhygiens hemsida
- Prata kring vårdrutiner vid smittsamma luftvägsinfektioner
 - o När ska virustest tas?
 - o Val av skyddsutrustning?
 - o Val av enkelrum? Exponerade patienter?
 - o Vad gäller för mig som personal om jag blir sjuk? När kan jag återgå till arbete?

För mer information

[Virusorsakade luftvägsinfektioner - Vårdhygien, RV](#)

[Vårdhygieniska riktlinjer för covid-19, influensa och andra virusorsakade luftvägsinfektioner - Vårdhygien RV](#)

December

Tema: Infektioner i mag- och tarmkanalen

Vintern är här och det är dags att förbereda kollegor för vinterkräksjuka och andra tarmsmittor. Du som hygienombud har en viktig roll i att uppmärksamma det aktuella ämnet vinterkräksjuka.

Observera särskilt att efter patientnära arbete vid misstänkt eller konstaterad tarminfektion ska händerna alltid tvättas med vatten och flytande tvål före handdesinfektion.

Förslag på aktiviteter

- Visa var de vårdhygieniska riktlinjerna finns på Vårdhygiens hemsida.
- Genomför en frågesport innehållande frågor om tarmsmittor och hur vi ska hantera dem i vården, se länk nedan från vårdhandboken.
- Prata kring vårdrutiner vid misstänkt eller bekräftad vinterkräksjuka
 - o När ska virustest tas?
 - o Val av skyddsutrustning?
 - o Val av enkelrum? Exponerade patienter?
 - o Vad gäller för mig som personal om jag blir sjuk? När kan jag återgå till arbete?

För mer information

[Testa dina kunskaper inom infektioner i magtarmkanalen - Vårdhandboken](#)

[Virusorsakad magsjuka - Vinterkräksjuka \(Calicivirus\) Vårdhygien, RV](#)

[Clostridioides difficile-infektion vårdhygienisk rutin - Vårdhygien, RV](#)