

Hygienråd i förskolan och åtgärder vid ökning av infektioner

Inledning

Infektioner sprids främst via händerna men även via föremål som till exempel textilhanddukar, handtag och leksaker. Handhygien är mycket viktig.

Utevistelse är en friskfaktor. En av orsakerna till att barn i gruppverksamhet drabbas av infektioner är den nära kontakten inomhus. Smittspridning mellan barn minskar när de är utomhus då de inte är så tätt inpå varandra. Smittdoserna blir också mindre då de späds ut i den stora luftvolymen.

Följande råd är till för att förhindra smittspridning i förskolan och är tänkta att ses som ett hjälpmedel för att identifiera eventuella riskområden.

Dokumentet var tidigare i två delar som nu är sammanslaget till ett. Tidigare titlar var *Allmänna hygienråd i förskolan* samt *Höjd hygien- och städnivå vid utbrott av smitta*.

Innehållsförteckning

Hygienråd för personal	2
Hygienråd för barn	3
Blöjbyte och toalettbesök	3
Mathantering	4
Rengöring	5
Åtgärder vid ökning av infektioner	6
<i>Bilaga 1</i>	8
<i>Bilaga 2</i>	9
Relaterad information och Referens	10

Hygienråd för personal

Bra att tänka på för att kunna hålla en god handhygien är att ha kortärmad klädsel, kortklippta naglar och händer utan ringar, armbandsur och handledssmycken.



Handtvätt

- Efter toalettbesök/blöjbyte
- Efter kontakt med kroppsvätskor såsom urin, avföring, kräkning, snuva eller blod
- Efter att man har hjälpt ett barn att snyta sig
- Efter utevistelse
- Före matlagning
- Före varje måltid, dukning och servering (inkl. mellanmål/fruktstund/fika)
- Efter hantering av smutstvätt.

Gör så här:

Händerna tvättas med flytande tvål och rinnande vatten. Tvätta noga alla ytor på händerna så att ett ordentligt skum uppstår. Torka händerna torra med en pappershandduk. Använd inte textilhanddukar eftersom bakterier och virus trivs i fuktig miljö till exempel i fuktiga textilhanddukar.

Handdesinfektion (handsprit)

När ingen synlig smuts finns på händer kan handsprit ersätta tvål och vatten. Tvål och vatten torkar ut huden i större utsträckning och handsprit är återfettande. Handsprit används på synligt ren och torr hud.

Gör så här:

Ta rikligt med handsprit i torra händer och fördela jämnt över händerna, glöm inte tummarna, fingertopparna, mellan fingrarna, på handryggar och runt handleder. Arbeta in ordentligt tills händerna känns torra. Handsprit används också före nya handskar tas på och efter att handskar har bytts eller tagits av. För bildillustration se bilaga 1 och följ länk.

Handskar

Handskar ska användas vid både känd och okänd smitta enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter (AFS 2018:4). Men även med hänsyn till barnets integritet och att det kan förekomma okända smittbärare.

Handsprit används före nya handskar tas på och efter att handskar har bytts eller tagits av.

- används av personal vid barnens toalettbesök/blöjbyte
- används av personal vid kontakt med kroppsvätskor.

Hygienråd för barn

Handtvätt

- efter toalettbesök/blöjbyte
- före varje måltid (inklusive mellanmål/fruktstund/fika) och dukning
- efter utevistelse
- efter kontakt med djur.

Att tänka på

- Lär barnen att hosta och nysa i armvecket, inte i handen
- Använd engångsnäsdukar till ett barn, kasta den direkt därefter
- Vid handtvätt används pappershanddukar och flytande tvål
- Tandborstar används inte i förskolan. Särskilda rutiner finns för nattöppna förskolor
- Nappar bör förvaras separat för varje barn och att barnen inte kommer åt att hämta dem själva
- Undvik vattenlek i baljor eller små bassänger.

Blöjbyte och toalettbesök

Engångshandskar, engångsunderlägg, engångstvättlappar, plastpåsar, handsprit, ytdesinfektion och vatten ska finnas inom räckhåll vid blöjbyte. Blöjbyte görs på skötbord med avtorkningsbar dyna (som tål desinfektionsmedel) och engångsunderlägg som byts mellan varje barn.

Att tänka på vid blöjbyte

Engångsmaterial såsom handskar, underlägg, engångstvättlappar, engångshandduk och handdesinfektion ska finnas nära till hands.



- Engångshandskar används vid blöjbyte
- Engångsförkläde används vid risk för stänk vid diarré och kastas direkt efter användning
- Barnen tvättas och torkas med engångstvättlappar.
- Blöjbyte görs på skötbord med avtorkningsbar dyna, ovanpå dynan läggs engångsunderlägg av papper som byts mellan varje barn
- Efter varje blöjbyte torkas underlaget av med ytdesinfektion (45 volymprocent alkohol med tillsatts av tensid - vilket har en rengörande verkan).
- Ytan kring skötbord inklusive tvättfat rengörs med rengöringsmedel dagligen, använda blöjor läggs i sopkärl med lock, oåtkomligt för barnen.
- Både barn och personal tvättar händerna efter blöjbytet.

Att tänka på vid barnens toalettbesök

- Använd handskar vid barnets toalettbesök. Förvara handskarna inom räckhåll
- Barnen får vid behov hjälp med handtvätt
- Pottor rengörs med rengöringsmedel, torkas ur och ytdesinficeras direkt efter användning
- Toalettborstar byts regelbundet och hålls utom räckhåll för barnen.

Mathantering

Händerna tvättas för både barn och personal före arbete i köket.

- Rent förkläde används av personalen vid mathantering
- Handtvätt före varje måltid (inklusive mellanmål/fruktstund/fika)
- Matborden torkas av före och efter måltid
- Disktrasan byts dagligen
- Barnen ska alltid dricka ur egen mugg.
- Smör serveras i mindre skålar
- Färdigskuret pålägg, som ost och skinka, är att föredra
- Vid bakning ska all deg förbrukas eller kastas.

Rengöring

Använd upphandlade rengörings- och desinfektionsmedel och följ produktinformationen. Egna blandningar av olika medel ska inte användas.

Ny personal och vikarier bör alltid informeras om städrutinerna på förskolan.

- Vid spill av **kroppsvätskor** såsom snor, slem, avföring, sårvätska rengörs ytorna med ytdesinfektion med rengörande effekt (tensid).
- Vid **kräkning/diarré** rengörs ytan noggrant med rengöringsmedel med desinfekterande effekt avsedd för magsjuka. Kan vara klorbaserad ytdesinfektion som ex Wet Wipe disinfection Chlorine eller LifeClean daglig desinfektion (Klordioxid-baserat medel), se bilaga 2.
- Vid spill av **blod** (näsblood, sår, annan blödning) ska ytdesinfektion användas (ytor torkas av med alkoholbaserat ytdesinfektion, medlet bör vara 45 volymprocent alkohol med tillsats av tensid, vilket har en rengörande verkan). Om stora ytor kan Virkon, Perform användas, se bilaga 3.



Daglig rengöring

- Skötbord inklusive tvättho rengörs med rengöringsmedel. Om textiltrasa används läggs den i tvätt direkt efter användning
- Toaletter, pottor och handfat rengörs med rengöringsmedel
- Matplats, både på avdelningen och om gemensam matsal finns
- Tagytor, som dörrhandtag, bordsskivor även undertill, stolsryggar
- Golvytor
- Lokalen bör vädras regelbundet, två till tre gånger dagligen i fem till tio minuter.

Rengöring av leksaker och textilier

- Filtar, madrassöverdrag, örngott och sovkuddar tvättas en till två gånger i månaden samt vid behov
- Madrasser bör plockas upp från golvet och förvaras i avsett madrasskåp
- Leksaker rengörs regelbundet, tvättmaskin kan användas
- Städning av toalettutrymme utförs dagligen.

Att tänka på

- Vid inköp av lekmaterial och textilier tänk på hur de kan rengöras och att textilier bör tåla tvätt i minst 60 grader.

Åtgärder vid ökning av infektioner

För att bryta smittspridningen vid perioder med ökning av infektioner i förskolan bör följande åtgärder vidtas i tillägg till de hygienråd som redan beskrivits ovan. Dessa utökade åtgärder bör vidtas till och med en vecka efter att den senast insjuknade personen har tillfrisknat.

Handhygien

- Handsprit rekommenderas före alla måltider för personal samt vid särskilda utbrottssituationer även för barn
- Arbetar kortärmat och med korta naglar, utan ringar, armband och armbandsklocka för att underlätta god handhygien
- Händerna tvättas noggrant för barnen efter toalettbesök/blöjbyte och innan måltid, under vuxens uppsikt.

Mathantering

- Sträva efter att så få personer som möjligt hanterar mat och undvik om möjligt att den som hanterar mat inte hanterar barnens toalettbesök/blöjbyte
- Den som vårdar magsjuk anhörig hemma skall inte hantera livsmedel förrän 48 timmar efter anhörigs sista symtom
- Ingen buffé eller självservering under utbrottet
- Matbordet torkas av med engångstrasa alternativt ren disktrasa före och efter varje måltid (inklusive mellanmål/fruktstund/fika)
- Informera personal i kök om utbrott i förskolan
- All överbliven mat kastas.

Rengöring/tvätt

- Rengöring flera gånger dagligen av tvättställ, kranar, toaletsits och spolknopp och även kontaktytor som kan vara grind, ställen där barn tar ofta
- Noggrann rengöring av skötbord mellan varje blöjbyte
- Rengör leksaker och utklädningskläder, reducera antalet leksaker under utbrottet
- Rengör barnens vattenflaskor/muggar om sådant finns
- Alla textilier tvättas som örngott, madrassöverdrag, kuddar mjukisdjur vid minst 60 grader
- Uppmana föräldrar att tvätta extrakläder, snuttefilt och gosedjur, byta/koka nappar och tandborstar när barnet blivit friskt.

Övrigt att tänka på

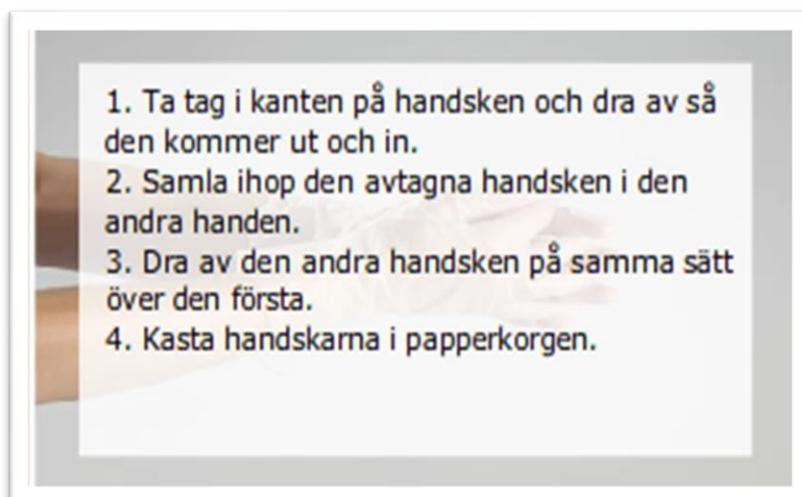
- Barnen bör vara ute så mycket som möjligt samt vädra 2–3 gånger dagligen
- Undvik aktiviteter mellan avdelningarna, gäller även öppning och stängning
- Undvik lek med modeller som används flera gånger
- Undvik vattenlek i gemensam badbalja.

Bilaga 1

Handdesinfektion (handsprit)

För bildillustration om hur handsprit används följs länken
[Basala hygienrutiner - Vårdhandboken \(vardhandboken.se\)](https://vardhandboken.se)

Hur tas handskar av?



Nedan följer en länk som illustrerar hur handskar tas av. Ett moment som kan vara lite svårt om man aldrig gjort det. Filmen är ägnad vård- och omsorgspersonal men inledningsvis visas momentet **att ta av sig handskar**.

[Basal hygien i vård och omsorg \[fullversion\] - YouTube](#)

Bilaga 2

Städning vid tillbud av särskilda smittämnen.

Exempel på rengöringsmedel. Använd upphandlade material.

	Blodspill	Mag-tarm, Kräkning
Punktdesinfektion *	Ytdesinfektion plus (tensid) Om stora ytor: Virkon, Perform	LifeClean daglig desinfektion (Klordioxid-baserat medel) Glöm inte tagytor **. Wet Wipe disinfection Chlorine är en rengöringsduk.
	Förvaras oåtkomligt för barn.	Förvaras oåtkomligt för barn.

Läs noga igenom bruksanvisning.

***Punktdesinfektion:** Spill av kroppsvätskor som urin, avföring, kräkning eller blod torkas omedelbart upp och ytan rengörs och desinfekteras därefter.

****Tagytor:** Ytor som barn och personal ofta berör: t.ex. handtag, kranar, bordskanter, stolsryggar, toalettpolknapp.

Relaterad information och Referens

AFS 2018:4. Smittrisker Arbetsmiljöverkets föreskrifter och allmänna råd om smittrisker (2018). Arbetsmiljöverket.

<https://www.av.se/arbetsmiljoarbete-och-inspektioner/publikationer/foreskrifter/smittrisker-afs-20184/?hl=smittrisker>

Städning i skola eller förskola – Till dig som är verksamhetsutövare och driver en skola eller förskola

[Städning i skola eller förskola – Till dig som är verksamhetsutövare och driver en skola eller förskola — Folkhälsomyndigheten \(folkalsomyndigheten.se\)](#)

Smittskydd i förskolan (Hyfs)

[Hyfs - hygiensjuksköterska i förskolan - Vårdgivarwebben Västra Götalandsregionen \(vgregion.se\)](#)

Råd kring barns vardagsinfektioner PDF. (2023). Region Västernorrland.

Smitta i förskolan – en kunskapsöversikt. (2008). Socialstyrelsen. (under revidering 2023 av FOHM)

Smittskydd Norrbotten

Smittskyddsenheten Region Uppsala

Vårdhygien Region Västernorrland