

Rengöring av händer och underarmar

Rengöring av händer och underarmar i det dagliga arbetet

När du arbetar i vård och omsorg i Tanums kommun ska du vara noga med att rengöra dina händer och underarmar. Det finns grundläggande regler om hur du ska göra. Dessa regler måste du följa.

Rengöring av händer och underarmar med handsprit

Gör rent händerna och underarmarna med handsprit omedelbart:

- *Före och efter omvårdnadsnära och vårdrelaterat arbete*
- *Före och efter rent och orent arbete*
- *Före och efter användning av handskar*

Så här gör du rent händerna med handsprit:

- *Ta 2-4 ml handsprit*
- *Gnid in hela händerna och underarmarna. Tänk på att vara extra noggrann med fingertoppar och tumgrepp. Gnid tills händerna är torra.*



Tvätt av händer och underarmar med tvål och vatten

Tvätta händerna och underarmarna vid följande tillfällen:

- *När du ser att de är smutsiga eller när de känns kladdiga*
- *Efter omvårdnadsarbete hos omsorgstagare med diarré/kräkning eller där det finns risk för kontaminering*
- *Före du arbetar med mat, till exempel när du ska laga mat åt någon eller servera mat.*

Så här tvättar du händerna med tvål och vatten:

- *Blöt ner hela händerna och underarmarna med varmt vatten.*
- *Ta 2-4 ml flytande tvål och gnid in hela händerna och underarmarna.*
- *Tänk på att vara extra noggrann med fingertoppar och tumgrepp.*
- *Gnid tvålen i 20-30 sekunder och skölj därefter.*
- *Torka händerna tills de är torra.*

Frågor?

Har du frågor om rengöring av händer och underarmar - prata med din chef!