

# Hygienrutiner på förskola

Så kan vi minska spridning av smittsamma sjukdomar i förskolan

Karin Persson

Smittskyddssjuksköterska

Smittskydd Stockholm

# Barnomsorg i grupp

- Ökar risken för luftvägsinfektioner med ca 20-30%.
- Störst påverkan på barn under tre år.



# Smittvägar

- Direktkontakt mellan barnen.
- Droppsmitta genom nysningar och hosta.
- Kontaktsmitta via föremål som skötbord, näsdukar, leksaker, nappar, tandborstar, handdukar, badbaljor.
- Blodsmitta.
- Livsmedelsburen smitta

# Luftvägsinfektioner

Sprids genom direktkontakt med sekret från näsa, ögon och saliv oftast via händer.

- En pappernäsduk för att snyta ett barn.
- Släng använd näsduk direkt eller stoppa den i en plastpåse, aldrig direkt i fickan
- Tvätta händerna eller använd handsprit

# Droppsmitta

När vi hostar och nyser bildas små moln av droppar som innehåller smittämnen.

- Lär barnen att hosta och nysa i armvecket istället för i handen eller rakt ut i luften.
- Vädra lokalen regelbundet, 2-3 ggr/dag i 5-10 minuter.
- **Vistas utomhus flera timmar per dag**

# Blodsmitta

- Allt blod skall betraktas som om det skulle kunna vara smittsamt
- Ta aldrig i blod utan använd handskar
- Blod på hel hud är ingen smittrisk, virus kan inte komma genom hel hud

# Nedskrivna riktlinjer bör finnas

- Handtvätt hos personalen
- Handtvätt hos barnen
- Hygienrutiner vid blöjbyte
- Rutiner för daglig rengöring
- Veckorengöring
- Rengöring av sängkläder och leksaker
- När barnen bör stanna hemma vid sjukdom

# Handtvätt för personal

- Undvik smycken på händerna
- Efter varje toalettbesök/blöjbyte.
- Före varje måltid.
- Före matlagning/mathantering.
- Efter utevistelser.
- Efter att man hjälpt ett barn att snyta sig.
- Efter hantering av smutstvätt.



Foto: © CDC



# Handtvätt för barn

- Före måltider, även mellanmål, under vuxens uppsikt
- Efter toalettbesök.
- Efter blöjbyte.
- Efter utevistelse.
- När händerna är smutsiga

# Handtvätt för barn och personal

- Tvätta händerna med flytande tvål under rinnande vatten
- Tvätta alla ytor på händerna så att ordentligt skum uppstår
- Torka händerna torra med pappershandduk eller egen handduk (avskilda eller ordentlig mellanrum mellan handdukarna)

# Hur tvätta händerna?

Skölj händerna med vatten

Ta tvål och tvätta hela handen  
i 15 sekunder

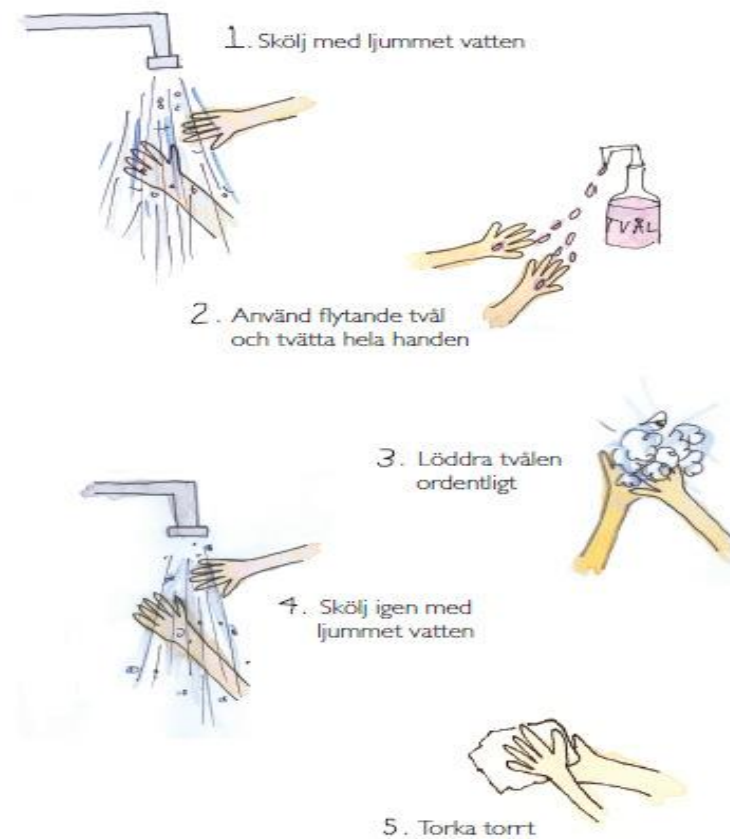
Skölj bort tvålen

Torka händerna noga med  
pappershandduk

Händerna skall bli helt torra!

Smittskydd Västra Götaland

Så här tvättar du händerna



# Handsprit för personal

- När inget synlig smuts förekommer på händerna kan handsprit ersätta tvål och vatten.
- Vid magsjuka bör man tvätta händerna med tvål och vatten innan man använder handsprit.
- Arbeta in rikligt med handsprit i händerna på **torr** hud.
- Fördela handspriten på och mellan fingrarna på handflator, handryggar och arbeta in den tills händerna känns torra.

# Handsprit för personal

- Ta rikligt med handsprit 3-4ml
- Gnid in handspriten noggrant mellan fingrarna
- Glöm inte tummarna
- Avsluta med handlederna





Handflata

Handens baksida

 Glöms ofta bort

 Glöms nästan alltid bort

# Handskar

- Bör alltid användas vid kontakt med blod, kräkningar och diarré.
- Växla inte mellan smutsigt och rent arbete med samma handskar.
- Tänk på att handskar också kan sprida smitta, liksom smutsiga händer
- Handskar ersätter **INTE** handtvätt

# Blöjbyte

- Skötbord med avtorkningsbar dyna och engångsunderlägg
- Barnet tvättas och torkas med engångstvättlappar
- Dynan torkas av med alkoholbaserad ytdesinfektion med tensider om den förorenats samt rengörs dagligen
- Blöjor kastas i hink med lock som står oåtkomligt för barnen eller plastpåsar som knyts ihop och kastas.



# Vilorum

- Rummet ska vara anpassat till de antal barn som ska sova där, avseende rumsyta och ventilation
- Rummet bör vädras före och efter vilan
- Madrasser, sängkläder och kuddar ska vara personbundna och förvaras så att de hålls åtskilda t.ex. i madrasskåp
- Tvätt av sängkläder bör ske i 60 grader

# Nappar och tandborstar

- Nappar och tandborstar ska vara väl märkta och förvaras åtskilda och bytas ofta.

# Rengöring av textilier och leksaker

- Handdukar minst 2 gånger/vecka samt vid behov
- Örngott minst 1 gång/vecka samt vid behov
- Filter och madrassöverdrag och andra liggunderlag 1-2 gånger i månaden samt vid behov
- Leksaker varannan månad samt vid behov t.ex.vid utbrott (diskmaskin/tvättmaskin)

# Rengöring

## Daglig

- Matbordet torkas av före och efter varje måltid
- Disktrasan byts/tvättas dagligen
- Blöjbytesplats, inklusive tvättho
- Rengör pottor efter varje användning
- Toaletter och handfat
- Golv

## Veckorengöring

- Hyllor och andra ytor som barnen når

# Rengöring

- Vid rengöring efter kräkningar, avföring och blod används ytdesinfektion med tensider
- Vid övrig rengöring används rengöringsmedel och vatten

### Städrutiner i förskolan

För städrutiner som bör ske löpande, se [hygienråd i förskolan](#).  
 För städning i samband med utbrott, se [specifikt dokument](#).

<b>Entré</b>
<b>Daglig städning</b>
Dammsug/torrmoppa golv
Rengör ytor så högt barnen når t.ex. lysknappar, dörrkarmar och handtag
<b>Hygienutrymme</b>
<b>Daglig städning</b>
Rengör handfat, toalett, toalettring, spolknopp, kranar och andra tagytor t.ex. lysknappar, handtag och dörrkarmar dit barnen når
Rengör skötbord
Våttorka golv med lämpligt rengöringsmedel
<b>Matrum</b>
<b>Daglig städning</b>
Dammsug/torrmoppa golv
Torka upp spill med lätt fuktad mopp (punktrengöring)
Rengör ytor dit barnen når t.ex. lysknappar, handtag och dörrkarmar
Torka bord, bordskanter och stolar
<b>Lekrum</b>
<b>Daglig städning</b>
Dammsug/torrmoppa golv och dammsug mattor
Rengör ytor dit barnen når t.ex. lysknappar, handtag och dörrkarmar
Damma vågräta ytor t.ex. hyllor
Dammsug textila möbler
<b>Vilrum</b>
<b>Daglig städning</b>
Dammsug/torrmoppa golv och dammsug stoppade möbler och mattor
Rengör ytor dit barnen når t.ex. lysknappar, handtag och dörrkarmar
<b>Städutrymme</b>
<b>Månadsvis (samt oftare vid behov):</b>
Dammsug/torrmoppa golv
Våttorka golv
Torka av vågräta ytor
Rengör utslagsvasken

<b>Storstädning (1-2 ggr/år samt oftare vid behov)</b>
Höghöjdsstädning t.ex. belysningsarmaturer och ventilationsdon
Tvätta textilier; mattor, gardiner, sofföverdrag, utklädningskläder, draperier, kuddöverdrag, mjuka leksaker etc.
Rengör hårda leksaker
Rengör golvbrunnar
Golvård, viktigt att kunskap finns om golvård och de produkter som används.
<b>Egenkontroll</b>
Uppföljning av städning och städskvalitet
Tydliga, skriftliga städrutiner
Beskrivning av städmetoder (t.ex. att städa från renast till smutsigast utrymme, använda olika moppar i olika utrymmen)
Förskolechefen ansvarig för att rutiner följs även om förskolan anlitar städfirma
Rutiner för felanmälan
Rutiner för städning vid utbrott av smitta

#### Bra att tänka på:

##### Entré

Tänk på att utforma entrén så att så lite smuts som möjligt kommer in i hallen. Mattor med olika textur, grov till att börja med och sedan finare så att grus och väta försvinner från skorna.

##### Hygienutrymme

Tänk på att hygienutrymmet ska vara lättstädat och att förvaring på golvet bör undvikas.

##### Lekrum

Tänk på att förvara material på sådant sätt att städningen inte försvåras, till exempel genom förvaring i skåp eller/och lådor med lock.

##### Vilrum

Tänk på att madrasser, sängkläder och kuddar ska vara personbundna och förvaras så att de hålls åtskilda, t.ex. i madrasskåp.

##### Städutrymme

Tänk på att ha ett lättstädat städutrymme och planera förvaringen av material. Moppar, som använts i toalettutrymmen och skötrum ska inte användas på andra ytor, dessa ska tvättas i 70° och torktumlas.

Rutiner för tvätt och torkning av moppar ska finnas om förskolan gör det själv, det ska finnas torkställ för moppar och krav på frånluftsventilation.

Städkemikalier ska förvaras så att inte barnen kan komma åt dem och säkerhetsdatablad ska finnas för alla städkemikalier, vilka bör vara oparfymrerade.



## Checklista för bättre hygien i förskolan

### Allmänt:

- |  | Ja                       | Nej                      | Åtgärd |
|--|--------------------------|--------------------------|--------|
| • Lär man barnen hosta och nysa i armvecket?           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Vädras lokalen 2-3 gånger dagligen i 5-10 minuter?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Vistas barnen utomhus flera timmar per dag?          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Används en pappersnäsduk för att snyta ett barn?     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Stoppas använd näsduk i plastpåse och inte i fickan? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |

### Handhygien för barn och personal:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för när barnen och personalen ska tvätta händerna?             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för hur barnen och personalen ska tvätta händerna?             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för när handsprit ska användas?                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för hur handsprit ska användas?                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Används pappershandduk eller egen handduk (som hänger avskilt och tvättas regelbundet)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |

### Blöjbyten:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för hygien kring blöjbyte? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|

### Städning/rengöring:

- |  |                          |                          |       |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för vad som ska städas/rengöras dagligen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för vad som ska städas/rengöras veckovis? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |

### Särskild rengöring:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för hur rengöring efter kräkningar, avföring och blod ska utföras? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för hur ofta sängkläder ska rengöras?                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Finns nedskrivna rutiner för hur ofta leksaker ska rengöras?                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |

### Livsmedelshantering:

- |  |                          |                          |       |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för hygien kring livsmedelshantering? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|

### Nappar och liknande:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för hur nappar ska hanteras? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|

### När barn ska stanna hemma vid sjukdom:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för när barn ska stanna hemma vid sjukdom? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|

### Utökade hygienråd vid utbrott av infektioner:

- |  |                          |                          |       |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Finns nedskrivna rutiner för utökade hygienråd vid utbrott av infektioner? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|

## Checklista för städning/hygienfallor

### Handhygien:

- |   | Ja                       | Nej                      | Åtgärd |
|---|--------------------------|--------------------------|--------|
| • Använder vi alltid flytande tvål?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Lär vi barnen att alltid tvätta händerna efter toalettbesök?                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Lär vi barnen att alltid tvätta händerna före maten?                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |
| • Använder vi pappershanddukar/ minitork istället för tyghanddukar i den mån det går? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | .....  |

### Köket:

- |   |                          |                          |       |
|---|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Byter vi disktrasor och diskborstar ofta. Hur ofta? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Torkar vi bordskanter och stolsryggar varje dag?    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |

### Toaletter:

- |   |  |  |       |
|---|--|--|-------|
| • Hur ofta städar vi toaletterna, dörrhandtag, spolarknappar och under handfat? |  |  | ..... |
|---|--|--|-------|

### Övrig interiör:

- |  |                          |                          |       |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|
| • Tvättar vi gardiner, sängkläder och mattor ofta. Hur ofta? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |
| • Hur ofta tvättar vi och torkar av madrasser?               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ..... |

# När barnen bör stanna hemma vid sjukdom

- Barnets allmäntillstånd avgör om det kan återgå till förskolan efter en infektion.
- Barnet ska vara feberfritt i ett dygn vid förekomst av feber och orka delta i förskolans normala aktiviteter som utomhusvistelse i flera timmar.