

Ny nasjonal veileder for håndhygiene:

## Tid og penger spart med sprit

Folkehelseinstituttet er i disse dager i ferd med å avslutte kampanjen Ren omsorg, der målet er at helsearbeidere skal gå over til hånddesinfeksjon fremfor håndvask i flest mulige tilfeller. Håndvask anbefales imidlertid fortsatt når hendene er synlig tilsølt, og etter hanskebruk. Men de fleste bruker altfor kort tid på håndvasken, og som oftest glemmer man store deler av området som trenger å rengjøres, særlig høyre tommel. Derfor er den nye tommelfingerregelen: sprit fremfor såpe og vann.

**H**elsemyndighetene håper først og fremst at effekten av overgangen fra såpe og vann til hånddesinfeksjon skal være at sykehusinfeksjonene reduseres med 20 prosent i løpet av tre til fem år, men det er klart at også tannhelsepersonell må være med når nye hygienrutiner dannes.

– Hvorfor sprit fremfor god gammel-dags håndvask med såpe og vann, kampanjeleder og rådgiver i Folkehelseinstituttet Ole John Førland?

– Dette bygger både på resultatene av mange undersøkelser som viser at nødvendig håndhygiene bare etterleves i halvparten av tilfellene, og vitenskapelige studier som viser at hånddesinfeksjon gir en bedre mikrobiologisk effekt enn håndvask. Håndvask er i og for seg vel og bra, men for å få god effekt må man vaske med såpe og varmt vann i hele 30 sekunder, og det er det de færreste som gjør. De fleste gjør det nemlig unna på mellom fem og åtte sekunder. Med hånddesinfeksjon oppnår man den samme effekten som man får av et halvt minuts håndvask i løpet av halve tiden, altså 15 sekunder. Det er en av grunnene til at vi anbefaler desinfeksjon med sprit fremfor håndvask. En annen ting er at vi ønsker å gå ut positivt med ny kunnskap og tilbud om en ny type håndhygiene, fremfor å komme med gamle for-

*Kampanjeansvarlig  
Ole John Førland  
i Folkehelseinstituttet  
vil gjerne ha med  
tannlegene når han  
legger om vanene  
for håndhygiene  
i helsenorge.*



maninger og mane til dårlig samvittighet nok en gang.

– Hvilke andre fordeler ser dere ved hånddesinfeksjon fremfor såpevask?

– Det viser seg at spritdesinfeksjon er billigere enn tradisjonell håndvask, mest på grunn av alt tørkepapiret man sparer, men også med tanke på avfallshåndteringen man slipper og kostnaden i forbindelse med bruk av varmt vann. Såpe og desinfeksjonsmiddel koster omtrent det samme, men ved spritdesinfeksjon får man ingen tilleggskostnader. Hånddesinfeksjon er også mer skånsomt for huden, og en lettere tilgjengelig måte å utføre håndhygiene

på, i og med at det kan gjøres så å si hvor som helst, man trenger ikke stå ved vasken. Det eneste som skal til er en dispenser med desinfeksjonsmiddel, noen millimeter i hånden, og desinfeksjonen kan utføres mens man for eksempel slår av en prat med pasienten. Vi anbefaler imidlertid fortsatt at helsearbeideren tar av ringer, smykker, armbånd og klokke – og ikke bruker neglelakk eller kunstige negler.

– Har dere noen formening om hvordan kampanjen har virket så langt?

– Vi hører i hvert fall fra leverandørene av desinfeksjonsmidler at salgstallene stiger til himmels. De merker godt

at noe skjer. Og de kampanjeansvarlige ved sykehus og sykehjem, der to avdelinger er valgt ut ved hvert sted, melder også om god respons. De andre avdelingene er nysgjerrige og vil gjerne også få være med, er det vi hører. Det er et godt tegn. Vi har kjørt denne kampanjen på flere nivåer, og satset på kunnskapsformidling og enkle budskap, ved siden av forankring i ledelsen som et viktig hovedprinsipp.

– Hvor kan tannleger generelt og ledelsen i Den offentlige tannhelsetjenesten henvende seg hvis de ønsker mer informasjon?

– Veilederen kan bestilles fra oss i Folkehelseinstituttet via vårt nettsted [www.fhi.no](http://www.fhi.no) under publikasjoner. Dessuten ligger det mye informasjon på [www.renomsorg.no](http://www.renomsorg.no), der man blant annet finner en oversikt over leverandører av desinfeksjonsmidler, avslutter Førland, som selv er hygienesykepleier.

*Tekst og foto: Ellen Beate Dyvi*

## Fakta

Infeksjoner som oppstår som følge av kontakt med helsetjenesten er et alvorlig problem.

Det registreres eksempelvis cirka 45 000 sykehusinfeksjoner årlig i Norge. Håndhygiene er det mest effektive enkelttiltaket helsetjenesten kan iverksette i bekjempelsen av sykehusinfeksjoner.

Undersøkelser har vist at helsepersonell utfører håndhygiene i bare halvparten av de arbeidssituasjonene hvor dette er påkrevd. (Ingen egen undersøkelse for tannleger.)

## Hvorfor hånddesinfeksjon som førstevalg?

*Bedre effekt:* For å redusere andel mikrober med 99 prosent må hendene desinfiseres i 15 sekunder eller vaskes i 30 sekunder.

*Lettere tilgjengelig:* Dispensere med hånddesinfeksjonsmiddel kan plasseres

nær pasienten. Man trenger ikke gå til vasken.

*Bedre for huden:* 85 prosent av helsearbeidere har hatt hudproblemer. Hyppig bruk av såper eller andre vaskemidler er hovedårsaken. Hånddesinfeksjon skaper sjelden hudirritasjon eller allergiske reaksjoner.

*Forutsetninger:* At det brukes tilstrekkelig mengde desinfeksjonsmiddel eller såpe. At middelet gnis over alle flater på hendene, spesielt fingrene. At det brukes tilstrekkelig tid. At hendene ikke forurenses på ny i løpet av håndhygieneprosessen.

## Håndvask med såpe og vann utføres:

Når hendene er synlig tilsølte, for eksempel etter kontakt med kroppsvæsker, ekskrementer, slimhinner og hud som ikke er intakt.

- Etter bruk av hansker.
- Før måltider eller håndtering av næringsmidler.
- Etter toalettbesøk.