

Dokumenttyp Riktlinje	Ansvarig verksamhet Smittskydd Värmland	Version 11	Antal sidor 3
Dokumentägare Ann-Mari Gustavsson Smittskyddssjuksköterska	Fastställare Anna Skogstam Smittskyddsläkare	Giltig fr.o.m. 2024-05-22	Giltig t.o.m. 2026-05-22

Hygienråd i förskolan – checklista för egenkontroll

Gäller för: Förskoleverksamheter i Värmland

Infektioner i förskolan sprids främst genom våra händer men även via föremål, som textilhanddukar, handtag och leksaker. Med bra rutiner skapas förutsättningar för personalen att hålla en god hygien och därmed minska risken för smittspridning inom förskolans lokaler. Följande råd ska ses som ett hjälpmedel för att identifiera eventuella riskområden.

Handhygien

God handhygien är en förutsättning för att förhindra smittspridning. Händer utan ringar, klockor och armband underlättar god handhygien.

Rutin vid handtvätt

- Tvätta händerna med flytande tvål och vatten.
- Tvätta noga alla ytor på händerna med tvål så att ett ordentligt skum uppstår.
- Skölj under rinnande vatten.
- Torka händerna torra med en pappershandduk.

Handtvätt för personal

- Före måltid, dukning och mathantering.
- Efter toalettbesök/blöjbyte.
- Efter utevistelse.
- Efter att man har snutit sig eller hjälpt ett barn att snyta sig.
- Efter kontakt med blod.
- Efter hantering av smutstvätt.
- Efter kontakt med djur.

Handtvätt för barn

- Före måltider (inklusive mellanmål) och dukning.
- Efter toalettbesök/blöjbyte.
- Efter utevistelse.
- Efter att ha snutit sig.
- Efter kontakt med djur.

Rutin vid handsprit

- Handsprit används på synligt ren och torr hud.
- Arbeta in rikligt med handsprit i händerna.
- Fördela handspriten på och mellan fingrarna, på handryggar, handflator och runt handleder och arbeta in den ordentligt tills händerna känns torra.

Handsprit för personal

- Används i tillägg till handtvätt vid särskilt smutsiga moment för att ytterligare minska mängden smittämnen.
- Kan ersätta tvål och vatten när ingen synlig smuts syns, till exempel före mat-hantering.
- Kan ersätta handtvätt när vatten inte finns att tillgå, till exempel vid utevistelse.

Handsprit för barn

Används som ett komplement till handtvätt i utbrottssituationer till exempel vid magsjuka eller streptokocker.

Handskar för personal

- Används vid toalettbesök/blöjbyte.
- Används vid kontakt med kroppsvätskor till exempel kräkning, avföring eller blod.

Skötrum och toaletter

Blöjbyte

Ha engångshandskar, engångsunderlägg, engångshanddukar och handsprit inom räckhåll.

- Blöjbyte görs på skötbord med avtorkningsbar dyna (som tål desinfektionsmedel) och engångsunderlägg.
- Underlägget byts mellan varje barn.
- Barnet tvättas och torkas med engångstvättlappar.
- Dynan torkas av med alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med tensid efter varje blöjbyte. Fukta torkpapperet med ytdesinfektionsmedel och torka av. Håll inte medlet direkt på ytan. Dynan ska inte ha synliga hål eller sprickor.
- Blöjor kastas i hink med lock, gärna med pedal.
- Skötbord inklusive tvättho rengörs med rengöringsmedel dagligen.
- Förvara inte flera engångsunderlägg på själva skötbordet. Underlägg som utsatts för fukt eller vatten ska kasseras.
- Ytor, handtag och andra områden som man vidrör med händer rengörs dagligen.

Barnens toalettbesök

- Barnen får vid behov hjälp med handtvätt.
- Använd handskar. Förvara handskarna inom räckhåll.
- Pottor rengörs med rengöringsmedel direkt efter användning.
- Fäll ner toalettlocket innan spolning.
- Toalettborstar byts regelbundet och hålls utom räckhåll för barnen.

Tandborstar och nappar

- Om tandborstar används ska de förvaras märkta med namn, åtskilda och utom räckhåll för barn.
- Tandkräm ska inte fördelas direkt på barnens tandborstar.
- Nappar förvaras märkta med namn, åtskilda och utom räckhåll för barn.
- Uppmana vårdnadshavare att byta/rengöra tandborstar och nappar efter luftvägsinfektion.

Kök

Mathantering

Barn och personal som är infekterade ska inte delta i dukning eller mathantering.

- Rent förkläde används av personalen vid mathantering.
- Matborden torkas av före och efter måltid.
- Disktrasan byts dagligen.
- Barnen ska alltid dricka ur en egen mugg.
- Smör serveras i mindre skålar.
- Färdigskivat pålägg är att föredra.

Rengöring och tvätt

Rengöring

Vid spill av kroppsvätskor, till exempel urin, kräkning, avföring och blod, ska ytdesinfektionsmedel användas. Vid övrig rengöring används rengöringsmedel och vatten.

Spill av kroppsvätskor

- Använd alkoholhaltigt ytdesinfektionsmedel med tensid.
- Använd engångshandskar. Torka först upp med torrt torkpapper innan avtorkning med ytdesinfektionsmedel.
- Vid kräkning och/eller diarré använd Virkon eller Klorin.
- Vid övrig städning använd rengöringsmedel och vatten.
- Om flergångsmoppar används, till exempel mikrofibermoppar, ska de tvättas i tvättmaskin i minst 60 grader efter varje användning.

Textilier och leksaker

- Madrasser, sängkläder och kuddar bör förvaras åtskilda.
- Filtar, madrassöverdrag, örngott och sovkuddar tvättas 1–2 gånger i månaden samt vid behov. Tvätta i så hög temperatur som möjligt, helst 60 grader.
- Leksaker rengörs varannan månad samt vid behov. Mjukisleksaker som barnen gosar med rekommenderas tvättning varje vecka i 60 grader.

Övrigt

- Lär barnen att hosta och nysa i armvecket eller tröjan i stället för i handen eller ut i luften.
- Låt barnen vistas ute så mycket som möjligt. Förlägg gärna vilan utomhus.
- Lokalen bör vädras regelbundet, 2–3 gånger dagligen i 5–10 minuter.
- Undvik vattenlek i gemensam badbalja eller barnpool. Vattenspridare rekommenderas.
- Komplettera utflyktskit med handsprit.

Referens

Folkhälsomyndigheten: *Smitta i förskolan – vägledning till personal och huvudmän i förskolan för att förebygga och hantera smitta, 2024*