

EFFEKTIV HÅNDVASK – TRINN FOR TRINN

God håndhygiene er det enkleste og mest kostnadseffektive tiltaket vi kan gjøre for å holde oss friske, fordi det er umulig å vite med sikkerhet om det vi berører er forurensset.

Dette gjør håndhygiene til en av de viktigste infeksjonsforebyggende tiltakene vi kan gjøre.

HVORFOR VASKE HENDER?

Vi vasker hender for å fjerne smuss og overførbare mikroorganismer på hendene.

Korrekt håndvask fjerner 99,9 % av alle mikroorganismer.

Når vann og såpe er tilgjengelig anbefales som regel håndvask fremfor hånddesinfeksjon.

VIKTIGE ELEMENTER

En god håndvask skal vare i 40–60 sekunder

Alle hendenes overflater skal bli rengjort, inkludert håndledd.

Hendene skal være fri for ringer, armbåndsur, armbånd, kunstige negler, neglepynt, neglelakk og lange negler for optimalt resultat.

Pynt på hender reduserer resultatet med 30 %.

ANBEFALT VASK AV HENDER

1



Fukt hender og håndledd under lunkent, rennende vann.

2



Doser håndsåpen:
Tilsett en eller to pump med såpe i en håndflate.

Mengden skal være nok til at begge hender dekkes. Dette avhenger av hendenes størrelse.

3

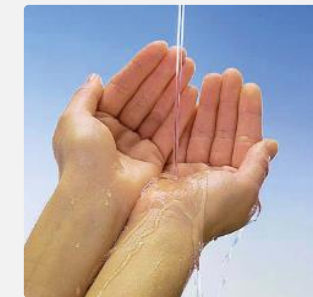


Vask hendene grundig. Spre produktet over alle flater på begge hender, inkludert håndleddet.

! Husk: tomler, mellom fingre, baksiden av hendene og fingertupper.

SKYLL OG TØRK

4



Skyll hendene grundig i lunkent rennende vann. Fjern alt såpeskum

5



Klapptørk hendene godt med rent engangs papirhåndkle.

Håndbetjente kraner stenges med det brukte papirhåndkleet.

**GOD HÅNDVASK
BØR VARE I
40-60 SEKUNDER**

