

Rutin för på- och avklädning av PPE vid HSAI för infektionskliniken i Gävle

Förklaringar av ord och förkortningar som används i dokumentet:

PPE = Personlig skyddsutrustning (personal protective equipment).

HSAI = Högsmittsam allvarlig infektion.

Bedside-personal = Personal som ska gå in till patientrummet.

PPE-avklädare = Person som ska assistera bedside-personal i sin avklädning. Ska inte själv gå in till patientrummet.

Generella riktlinjer:

- **Maximal tid iklädd i PPE:** Det är påfrestande att arbeta i PPE, både som bedside-personal och PPE-avklädare. Man blir varm och svettas mycket. Man bör maximalt arbeta iklädd PPE 60 min åt gången innan man blir avbytt.
- **Handsprit:** Rutinen vid HSAI innebär ett avsteg från normala hygienrutiner i och med att man spritar handskarna. I varje moment som innebär handsprit på hud eller handskar måste spriten tillåtas att torka innan man går vidare till nästa moment. Detta tar tid, särskilt på handskar.
- **Standardteknik avtagning handskar:** I varje moment som innebär byte eller avtagning av handskar ska detta göras med teknik som innebär att man inte kontaminerar handen eller handsken under. Nyp tag i utsidan av handskens skaft med motsatt hands tumme och pekfinger, dra av den ut och in och krama ihop till en boll i den handen som fortsatt är handskbeklädd. För in den rena handens tumme eller pekfinger under insidan av handskskaftet och dra av hela handsken ut och in utan att nudda utsidan.

Påklädning av PPE för bedside-personal

(som ska gå in till patientrummet)



Bedside-personalen ska bära overall med integrerad huva och integrerade sockor, foppa-tofflor, dubbla operationshandskar, FFP3-andningsskydd med täckt ventil och visir.

Påklädning sker med hjälp av en kollega som läser upp dessa instruktioner och kontrollerar att skyddsutrustningen sitter korrekt.

Påklädning sker i korridoren på avd. 120. Material finns på HSAI-vagnen som ska ha rullats upp dit, och mer material finns tillgängligt i HSAI-förrådet i kulverten under infektionskliniken (nyckeln dit hänger vid whiteboardtavlan vid koordinatören på avd. 120 med en grön plastspade som nyckelring).

Före påklädning:

- Var klädd i vanliga sjukhuskläder (vita byxor och blå bussarong). Töm alla fickor. Tag av namnskyltar, telefon och passerkort. Tag av alla eventuella smycken.
- Se till att ha varit på toaletten samt druckit vatten vid behov.
- Sätt upp långt hår (förslagsvis knut eller fläta), skägg behöver rakas.
- Andas och ta det lugnt. Tillåt påklädningen att ta tid.

Påklädning:

1. Sprita händerna
2. Sätt på en operationsmössa för att hålla borta hår från ansiktet (detta kan skippas om man har kort hår).
3. Sprita händerna igen
4. Ta på det inre paret operationshandskar (färgade, oftast gröna).
5. Ta av dina vanliga skor och ta på overallen, dragkedjan ska sitta framtill. Vänta med att dra upp dragkedjan hela vägen.
6. Skriv namn och yrkestitel på en etikett som fästs på overallen i brösthöjd, alternativt skriv direkt på overallen med tuschpenna.
7. Trä INTE på öglorna som sitter ytterst på overallens ärmar över tummarna. Vik in dem eller klipp bort.
8. Kliv i ett par foppa-tofflor och justera tyget i overallens integrerade sockor så att toffeln sitter bekvämt (oftast behövs ett par nummer över ens vanliga skostorlek).
9. Ta på ett FFP3-andningsskydd med täckt ventil. Se till att det sitter tätt!
10. Trä på overallens huva, se till att eventuell op-mössa under sitter kvar på plats.
11. Dra upp overallens dragkedja hela vägen upp.
12. Kollega som hjälper till vid påklädningen klistrar ihop overallens skyddsflärpar över dragkedjan. Börja med att avlägsna skyddsplasten på den vänstra flärpen (sett från kollegan/påklädarens perspektiv) och klistra fast den. Gör sedan samma sak med den högra flärpen och sist med halsskyddet.
13. Ta på ett plastvisir. Spänn åt det så att huvan sitter på plats. Overallens huva ska täcka all hud ovanför visiret, det får inte bli någon glipa i pannan. Eventuell op-mössa ska också täckas helt av overallens huva eller visiret.
14. Ta på det yttre paret operationshandskar (vita/genomskinliga). Ta hjälp av en kollega för att trä dessa över overallens ärm. Tejpa fast med silvertejp och vik änden av tejpens dubbelt så att det bildas en liten flärp som underlättar när tejpens ska tas bort vid avklädningen. Tejpa inte hela vägen runt, utan lämna upp till en centimeter eftersom tejpens är svårare att få av om den fäster ovanpå annan tejp.
15. Ta hjälp av en spegel för att se att allt sitter korrekt. Även kollegan som hjälper till med påklädningen kontrollerar detta en sista gång.
16. Nu när all PPE sitter korrekt är personalen redo att gå in till patientrummet via den inre slussen. Inne på patientrummet ska ett par vanliga undersökningshandskar och ett plastförkläde sättas på vid undersökning av patient (långärmat förkläde används vid stor risk för stänk av kroppsvätskor, t.ex. kraftiga kräkningar). Om synligt kontaminerade byts dessa inne på sal efter att först ha spritat handskarna innan de tas av och slängs i avfallskärl.

Påklädning av PPE för PPE-avklädare

(som inte ska in till patientrummet utan endast assistera bedside-personalen vid avklädning av deras PPE)



PPE-avklädaren ska bära skyddsrock, separat huva, gummistövlar, ett par operationshandskar, munskydd klass IIR och visir.

Syftet med att PPE-avklädaren har skyddsrock i stället för overall är att hen behöver klara av att själv klä av sin PPE när hen är färdig med att assistera bedside-personalen i avklädning.

Påklädning sker med hjälp av en kollega som läser upp dessa instruktioner och kontrollerar att skyddsutrustningen sitter korrekt.

Påklädning sker i korridoren på avd. 120. Material finns på HSAI-vagnen som ska ha rullats upp dit, och mer material finns tillgängligt i HSAI-förrådet i kulverten under infektionskliniken (nyckeln dit hänger vid whiteboardtavlan vid koordinatören på avd. 120 med en grön plastspade som nyckelring). PPE-avklädaren går sedan in på sal 7 (avklädningsrum) via inre slussen, genom ren zon till smutsig zon, för att assistera bedside-personalen som kommer in via yttre slussen.

Före påklädning:

- Var iklädd vanliga sjukhuskläder (vita byxor och blå bussarong). Töm alla fickor. Ta av namnskyltar, telefon och passerkort. Ta av alla eventuella smycken.
- Se till att ha varit på toaletten och druckit vatten vid behov.
- Sätt upp långt hår (förslagsvis knut eller fläta), skägg behöver rakas.
- Andas och ta det lugnt. Tillåt påklädningen att ta tid.

Påklädning:

1. Sprita händerna
2. Kliv i ett par stövlar. Se till att de är i en tillräckligt stor storlek för att senare kunna kliva ur dem lätt. Vissa modeller har markeringar på skaftet för att kunna klippa av och göra dem kortare, gör det ifall det behövs för att vaden inte ska fastna i skaftet.
3. Ta på skyddsrocken, vänta med att knäppa den i nacken.
4. Fäst kardborreknäppningen i nacken *löst*, ta hjälp av en kollega. Detta är viktigt för att senare klara att dra av rocken utan assistans. Låt bara en liten yta av hörnet av kardborrespännet överlappa (se bild).



5. Knyt bandet ett enkelt varv runt midjan, med en rosett på din högra sida.
6. Skriv namn och yrkestitel på en etikett som fästs på rocken i brösthöjd, alternativt skriv direkt på rocken.
7. Ta på ett par operationshandskar som går över rockens ärm. Tejpa fast med två bitar silvertejp på motsatt sida.
8. Ta på ett vanligt munskydd (klass IIR).
9. Ta på den vätsketäta huvan. Doket ska hänga utanpå rocken.
10. Ta på ett plastvisir. Spänn åt det så att huvan sitter på plats. Den vätsketäta huvan ska täcka all hud ovanför visiret, det får inte bli någon glipa i pannan.
11. Ta hjälp av en spegel och en kollega för att se att allt sitter korrekt.
12. Ta på ett par vanliga undersökningshandskar ovanpå operationshandskarna. Dessa ska bytas mellan varje moment där man assisterar bedside-personalen i deras avklädning inne i smutsig zon på sal 7.

Avklädning av PPE för bedside-personal (som har varit inne i patientrummet)

Första delen av avklädningen som sker inne på patientrummet:

OBS! Sätt upp en kopia av denna sida inne på patientsal 8, vid dörren till yttre slussen.

1. Sprita de vanliga undersökningshandskarna.
2. Ta av plastförklädet som har använts vid undersökning av patienten genom att dra det från kroppen och rulla ihop. Släng i avfallskärl.
3. Sprita återigen de vanliga undersökningshandskarna och ta sedan av dem och släng i avfallskärl.
4. Sprita de yttre operationshandskarna (som är fasttejpade i overallens ärmar).
5. Lossa tejpens som sitter runt handskarna och släng i avfallskärl.
6. Sprita handskarna.
7. Ta av de yttre operationshandskarna och släng i avfallskärl.
8. Sprita de inre operationshandskarna.

Gå nu ut genom den yttre slussen, sväng vänster på loftgången och gå in genom den yttre slussen till sal 7 där du ska kliva in i smutsig zon och mötas av kollega som assisterar med avklädning (PPE-avklädaren). Undvik att vidröra väggar eller räcken på loftgången, ta endast i de nödvändiga dörrhandtagen.

Fortsatt avklädning i smutsig zon på sal 7:

En observatör står i ren zon och läser upp avklädningsinstruktionerna för bedside-personalen och PPE-avklädaren och observerar att de gör rätt. Låt observatören läsa upp hela instruktionen under ett moment innan det påbörjas. Detta behöver få ta tid! Stressa inte. Om något känns oklart, stanna upp och be observatören läsa upp instruktionen igen.

1. PPE-avklädaren spritar av pallens sitttyta med ytdesinfektionsmedel.
2. Bedside-personalen spritar handskarna.
3. Bedside-personalen tar av sig visiret genom att ta tag i huvudbandet bakom tinningarna, och slänger i avfallskärl.
4. Bedside-personalen spritar handskarna igen.
5. PPE-avklädaren ställer sig framför bedside-personalen och öppnar de tejpade flärparna som täcker overallens dragkedja.
6. PPE-avklädaren spritar och byter sedan undersökningshandskarna.
7. PPE-avklädaren öppnar dragkedjan hela vägen ned utan att röra utsidan av overallen.
8. PPE-avklädaren spritar och byter undersökningshandskarna igen.

9. Bedside-personalen vänder sig långsamt om så att PPE-avklädaren står vänd mot bedside-personalens rygg.
10. PPE-avklädaren tar tag i utsidan av huven, ungefär vid tinningarna. Dra huven uppåt och bakåt för att ta av den.
11. PPE-avklädaren ska nu hjälpa bedside-personalen att ta av overallen. Detta moment är ofta lite trixigt så ta det lugnt och låt observatören läsa upp hela texten under denna punkt innan ni börjar med avklädningen. Läs sedan återigen upp instruktionen i takt med att avklädningsmomentet genomförs.
PPE-avklädaren tar tag i overallens yttersida i axelhöjd och hjälper till att dra den nedåt och rulla den utåt. Ta nytt grepp om overallens yttersida när det behövs. När bedside-personalens armar och händer ska dras ur overallens ärmar underlättar det om bedside-personalen håller armarna lite bakåt och utåt och långsamt lyfter upp dem i takt med att ärmen dras ut. Se till att de ut- och invända ärmarna, som i slutändan kommer ligga på eller nära golvet, pekar ut från bedside-personalen så att ärmslutet inte kommer i närheten av de vanliga arbetskläderna. Dra overallen hela vägen nedanför knähöjd på bedside-personalen.
Tänk på följande:
 - PPE-avklädaren ska bara röra yttersidan av overallen.
 - Se till att yttersidan av overallen inte nuddar bedside-personalens vanliga arbetskläder.
 - PPE-avklädaren kommer behöva böja sig ned när overallen ska längst ned. Stå kvar på fötterna – sätt inte ned knä eller hand på golvet.
12. Bedside-personalen spritar de inre operationshandskarna.
13. Bedside-personalen rör sig försiktigt mot pallen och är noga med att overallen, som delvis släpas i golvet, inte hamnar i ren zon.
14. Bedside-personalen sätter sig på pallen med fötterna kvar i smutsig zon.
15. Observatören på ren sida ställer fram ett par rena foppa-tofflor i närheten av pallen i ren zon.
16. Bedside-personalen trampar ur overallen och de smutsiga foppa-tofflorna en fot i taget och sätter direkt ned foten på ren zon i ren foppa-toffel. Om det behövs kan PPE-avklädaren assistera genom att hålla fast i overallens ben eller integrerade sockor så att bedside-personalen får ut foten utan att overallen flyttas från smutsig zon. När båda fötterna är på ren zon, ställer sig bedside-personalen försiktigt upp.
17. Bedside-personalen står nu i ren zon, med kroppen vänd mot smutsig zon, spritar de inre operationshandskarna, tar av dessa en i taget och slänger i avfallskärl i smutsig zon. Obs! Bedside-personalen stannar hela tiden i ren zon, avfallskärlet ska vara nåbart därifrån.
18. Bedside-personalen spritar händerna (låt observatören assistera med att pumpa ut handsprit så att bedside-personalen inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
19. Bedside-personalen tar av sig FFP3-andningsskyddet genom att ta tag i banden bakom huvudet och dra dessa över huvudet. Vidrör inte framsidan av

andningsskyddet. Släng sedan i avfallskärl i smutsig zon. Obs! Bedside-personalen stannar hela tiden i ren zon, avfallskärlet ska vara nåbart därifrån.

20. Bedside-personalen spritar händerna (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att bedside-personalen inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
21. Bedside-personalen tar av sig op-mössan och slänger i avfallskärl i smutsig zon.
22. Bedside-personalen spritar händerna (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att bedside-personalen inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
23. Bedside-personalen går in till badrummet på sal 7, duschar och byter om till rena arbetskläder. Sedan går hen ut via inre slussen till korridoren.

Fortsatt arbete för PPE-avklädaren i smutsig zon:

24. PPE-avklädaren plockar upp och slänger bedside-personalens overall i avfallskärl. Ta vid behov hjälp av en pinne (t.ex. avlossat skaft till sopborste) för att kunna trycka ned den i avfallskärlet utan att behöva kontaminera ärmen för mycket.
25. PPE-avklädaren plockar upp och placerar bedside-personalens foppa-tofflor i virkonbad (ska ligga minst 10 minuter per sida, behöver vändas då de flyter).
26. PPE-avklädaren spritar och byter undersökningshandskarna.
27. PPE-avklädaren fortsätter nu med att antingen assisterna nästa bedside-personal i avklädning, eller klär av sig sin egen PPE enligt separat instruktion.

Avklädning av PPE för PPE-avklädare (som har assisterat bedside-personalen i att klä av sin PPE)

Avklädningen sker i smutsig zon inne på sal 7 efter att PPE-avklädaren har assisterat bedside-personalens avklädning. En observatör står i ren zon och läser upp avklädningsinstruktionerna och observerar att allt görs rätt. Låt observatören läsa upp hela instruktionen under ett moment innan det påbörjas. Detta behöver få ta tid! Stressa inte. Om något känns oklart, stanna upp och be observatören läsa upp instruktionen igen.

1. Sprita och byt undersökningshandskarna, om det inte gjordes alldeles nyligen.
2. Ta av visiret genom att ta tag i huvudbandet bakom tinningarna, och släng i avfallskärl.
3. Sprita och byt undersökningshandskarna.
4. Ta av huvan genom att ta tag i tyget strax bakom tinningarna. Lyft av huvan framåt så att ansiktet inte kommer i kontakt med yttre delen av huvan. Släng huvan i avfallskärl.
5. Sprita och byt undersökningshandskar.
6. Detta moment kan vara lite trixigt. Låt observatören läsa upp hela punkten och säkerställ att ni båda förstår momentet innan start.

Knyt upp rocken genom att först knyta upp rosetten och lossa lätt på knuten. Släpp bandet. Greppa sedan löst i snörena på vardera sida om deras fästpunkt i rocken (mitt på magen). Dra långsamt händerna bakåt och utåt från kroppen, samtidigt som snöret glider genom händerna och faller ned till golvet utan att nudda rockens baksida. Syftet med detta är att banden inte ska kontaminera arbetskläderna ifall det har blivit en glipa i rockens baksida.

7. Sprita och byt undersökningshandskar.
8. Ta tag i axelpartiet och dra skyddsrocken ut från kroppen, man kan behöva ta i ordentligt för att kardborreknäppningen i nacken ska lossna.
9. Rulla ihop rocken, och låt även de inre handskarna som är fasttejpade i rockens ärmar följa med. Se till att inte röra med handskarna på rockens insida. Tillåt detta att ta tid med långsamma rörelser, då rocken är styv och svårare att rulla ihop än vanliga plastförkläden.
10. Släng rocken i avfallskärl. Se till att inte kontaminera dina händer eller armar i avfallskärlet, ta bara på insidan av rocken med den bara handen, och tryck inte ned för långt i onödan. Nästa PPE-avklädare kan ta hjälp av pinne för att komprimera avfallet i kärlet bättre.
11. Om handskarna inte följde med rocken: sprita av dessa och ta sedan av dem och släng i avfallskärl.

12. Sprita händerna och ta på ett par rena undersökningshandskar.
13. Sprita av sittytan på pallan med ytdesinfektion och låt torka.
14. Sprita och ta av undersökningshandskarna.
15. Sätt dig på pallan med fötterna kvar i smutsig zon.
16. Observatören på ren sida ställer fram ett par rena foppa-tofflor i närheten av pallan i ren zon.
17. Kliv ur stövlarna en fot i taget och sätt ned fötterna i rena foppa-tofflor i ren zon och ställ dig försiktigt upp.
18. Sprita händerna och ta på ett par rena undersökningshandskar (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att PPE-avklädaren inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
19. Plocka upp stövlarna och placera i avfallskärl i smutsig zon. Alla stövlar kan med fördel placeras i ett separat avfallskärl för senare återanvändning ifall HSAI har kunnat uteslutas. Obs! stanna hela tiden i ren zon, avfallskärlet ska vara nåbart därifrån.
20. Sprita och ta sedan av undersökningshandskarna och släng i avfallskärl (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att PPE-avklädaren inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
21. Sprita händerna (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att PPE-avklädaren inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
22. Ta av munskyddet och släng i avfallskärl i smutsig zon. Obs! stanna hela tiden i ren zon, avfallskärlet ska vara nåbart därifrån.
23. Sprita händerna (låt observatören assistera med att pumpa ut handspriten så att PPE-avklädaren inte behöver ta i spritflaskan i ren zon).
24. Duscha och byt till rena arbetskläder i badrummet på sal 7 och lämna sedan salen via inre sluss till korridoren.

Dokumentet är framtaget av Lena-Maria Söder, Överläkare infektion