



FAKTAARK

Anbefalinger for håndhygiene i barnehager

Å vaske hendene grundig med såpe begrenser enkelt og effektivt smitte og spredning av smittsomme sykdommer som for eksempel forkjølelser, diaré og influensa. Dette vil igjen gi redusert sykefravær, anti-biotikabruk og kostnader for den enkelte til lege og medisiner. At håndvask er det viktigste man kan gjøre for å unngå å spre smitte har vært kjent i 150 år, allikevel slurver mange med håndvasken. Barn «har ikke tid», «gidder ikke», glemmer, og forstår ikke helt hvorfor de må vaske hendene. Det er viktig å lære barna hvorfor god håndvask er viktig, og det er viktig å gi barna gode rutiner som de kan ha med seg hele livet.

Hender skal vaskes:

- ✓ når man kommer inn utenfra (inkludert når man kommer hjemmefra om morgenen)
- ✓ før måltider (inkludert fruktmåltid)
- ✓ etter toalettbesøk og bleieskift
- ✓ etter kontakt med snørr (for eksempel ved nysing og pussing av neser, dersom det lar seg praktisk gjennomføre)
- ✓ før matlaging og før man tar ut av oppvaskmaskinen
- ✓ etter kontakt med dyr

Slik vaskes hendene:

- ✓ Bruk lunkent vann (ikke for varmt)
- ✓ Såp alle deler av hendene grundig inn. Spesielt er fingertuppene viktige. Ikke glem tomlene.
- ✓ En håndvask bør vare i minimum 15 sekunder. Syng gjerne "Håndvaskesangen".
- ✓ Skyll og tørk hendene godt med engangs papirhåndklær.

Bruk av desinfeksjonsmidler:

- ✓ I perioder med smittsomme sykdommer bør barn og voksne benytte et alkoholbasert hånddesinfeksjonsmiddel i tillegg til håndvask. Alkoholbasert desinfeksjonsmiddel har vist seg å ha liten effekt på norovirus.
- ✓ Ansatte bør benytte alkoholbasert desinfeksjonsmiddel etter stell og bleieskift.
- ✓ Ved innføring av desinfeksjonsmidler som rutine for barn, bør foresatte informeres.
- ✓ Dersom barnehagen er på tur, og rennende vann og såpe ikke er tilgjengelig, kan man bruke vanlige våtservietter.

Matlaging:

- ✓ Når du kommer inn på kjøkkenet er det første du bør gjøre å vaske hendene.
- ✓ Vask alltid hendene før håndtering av mat.
- ✓ Vær sikker på at barna har vasket hendene før de hjelper til med å dekke bord eller lage mat.

Generelt:

- ✓ Bruk et papirlommetørkle eller albuen, og ikke handflaten, når du nyser eller hoster.
- ✓ Leker bør vaskes ukentlig. I perioder med utbrudd av smittsomme sykdommer kan det være nødvendig med daglig vask av leker.
- ✓ Ved renhold bør man være ekstra nøye med typiske kontaktpunkter; armaturer på håndvasker, toalettseter, nedspylingsknapp på toaletter, kontaktpunkt på såpedispensere, dørhåndtak, håndtak på kjøleskap, gelendre og lysbrytere.

Mer informasjon:

- ✓ «Barnehager og smittevern», utgitt av Folkehelseinstituttet, revidert 2013.
- ✓ «Bra mat i barnehagen» utgitt av Helse- og beredningsdirektoratet
- ✓ «Barn på gårdsbesøk og smittevern», utgitt av Folkehelseinstituttet

Kontakt:

Etat for helsetjenester, telefon: 55 56 52 00,
etatforhelsetjenester@bergen.kommune.no

