

# Rena händer spelar roll

## Stoppa smittspridning

Inom sjukvården använder vårdpersonalen handsprit före och efter vårdkontakt med patienter. Ändå händer det att patienter smittas av bakterier eller virus.

Smitta kan också överföras från patienter och besökare. Om du och dina besökare följer följande råd, hjälper ni till att minska risken för att smitta sprids i vården.

## Tvätta händerna ofta

Gör så här:

- 1 Tvätta händerna med tvål och vatten efter toalettbesök och innan du ska äta. Använd alltid handdukar av papper för att torka händerna.
- 2 Använd även handsprit som finns i behållare vid tvättställen. Ta två pumptag och gnid in noggrant tills händerna är torra.

**Be gärna vårdpersonalen om hjälp om du är osäker!**

## Tänk också på att

- bara använda den toalett som vårdpersonalen har anvisat dig till.
- inte gå in i avdelningens kök eller själv ta material från förråd.
- informera personalen om du får diarré eller kräkning.
- inte ta emot besökare med förkylning eller annan infektion.
- som besökare undvika att besöka sjukhuset om du är sjuk. Efter magsjuka ska du vänta tills du varit frisk i minst två dagar.



**HANDHYGIENINFORMATION TILL PATIENTER OCH BESÖKANDE**