

# NOST - Nasjonalt verktøy for observasjon av smitteforebyggende tiltak i helsetjenesten

Presentasjon av modul 2: Smykker, klokker og negler

2026

# Innhold

- Bakgrunn og hensikt med NOST
- Prinsippet «Bar fra albuen og ned»
- Innlogging og gjennomføring av observasjoner
- Modul 2 – Smykker, klokker og negler
- Felles funksjoner

For å ta i bruk og levere data til nasjonal databank fra NOST modul 1: Fire indikasjoner (håndhygiene), må dere gjennomgå sertifiseringskurs.

Mer informasjon om kursdatoer finner du [Kurs og webmøter om NOST – FHI](#).



# Bakgrunn og hensikt med NOST

# Bakgrunnsinformasjon om NOST

## Observasjon er ansett som gullstandard

- Håndhygiene er ett effektivt smitteforebyggende tiltak
- Bar fra albue og ned er en viktig forutsetning for håndhygiene
- Observasjon gullstandard for å:
  - kartlegge praksis
  - avdekke faktorer som påvirker etterlevelse
  - skreddersy forbedringstiltak
  - kontrollere effekt

World Health Organization Patient Safety SAVE LIVES Clean Your Hands

Observation Form

Facility: \_\_\_\_\_ Service: \_\_\_\_\_ Ward: \_\_\_\_\_ Department: \_\_\_\_\_ Country: \_\_\_\_\_ City: \_\_\_\_\_

Date: (dd/mm/yy) \_\_\_\_\_ Period Number: \_\_\_\_\_ Session Number: \_\_\_\_\_

Start/End time: (hh:mm) \_\_\_\_\_ Start/End time: (hh:mm) \_\_\_\_\_ Observer: (name) \_\_\_\_\_

Session duration: (mm) \_\_\_\_\_ Session duration: (mm) \_\_\_\_\_ Page N°: \_\_\_\_\_

Prof. cat Code N°	Prof. cat Code N°	Prof. cat Code N°	Prof. cat Code N°
1	2	3	4
Indication	Indication	Indication	Indication
HH Action	HH Action	HH Action	HH Action

SKJEMA FOR KARTLEGGING AV HÅNDSMYKKER

Dato: \_\_\_\_\_ Sykehus/sykehjem/kommune: \_\_\_\_\_

Klinikk/seksjon/sykehjem: \_\_\_\_\_ Avdeling: \_\_\_\_\_

Hvem har utført observasjonen: \_\_\_\_\_

Profesjon	Ansatte uten ring(er), armbåndsur/armbånd		Ansatte med kun ring(er)		Ansatte med kun armbåndsur/armbånd		Ansatte med ring(er) og armbåndsur/armbånd		Totalt antall observerte	
	Antall	% av n	Antall	% av n	Antall	% av n	Antall	% av n	Antall (n)	% av N
Sykepleier										
Helsefagarbeider										
Lege										
Radiograf										
Bioingeniør										
Annet:										
Annet:										
<b>Totalt</b>										<b>(N) 100 %</b>

Horisontalt beregnes andel (prosent) med og uten håndsmykker ut fra antall observerte i den enkelte profesjon (n).  
\*1 siste horisontale linje beregnes andel (prosent) personer i hver gruppe på tvers av profesjoner ut fra totalt antall observerte (N).  
Vertikalt i siste kolonne beregnes andel (prosent) personer i hver profesjon ut fra totalt antall observerte (N).

Utarbeidet av Nasjonalt folkehelseinstitutt og landets regionale kompetansesentre for smittevern, revidert 2019

FHI Regionale kompetansesenter



# Hvordan ble NOST til?

## Handlingsplan for bedre smittevern (2019)

- FHI fikk i oppdrag å utarbeide en nasjonal standard og en elektronisk løsning for observasjon av håndhygiene
- Videre står det i handlingsplanen at:
  - Sykehus skal iverksette system for overvåking av håndhygiene ved bruk av løsningen
  - Kommunehelsetjenesten bør ta løsningen i bruk

## Handlingsplan for et bedre smittevern

med det mål å redusere helsetjenesteassosierte infeksjoner 2019-2023



# Hensikten med NOST

Målet er bedre etterlevelse av håndhygiene og riktig bruk av verneutstyr for å redusere forekomsten av helsetjenesteassosierte infeksjoner

- Kartlegge lokal etterlevelse
- Avdekke lokale forbedringsområder
- Følge effekten av forbedringstiltak
- Feedback direkte til gjeldende enhet
- Standardisere opplæring i håndhygiene og bruk av personlig verneutstyr
- Samle nasjonale data
- Være tids- og kostnadsbesparende



# NOST som verktøy

- Sammenlignet med den gode gammeldagse metoden med penn og papir, er denne tidsbesparende.
- De innsamlede dataene kan enkelt tas ut av den oppnevnte koordinatoren og presenteres på avdelingsnivå.





Prinsippet «Bar fra albuen og ned»

# Bakgrunn for «Bar fra albuen og ned»

- Ved hver berøring skjer det en toveis overføring av mikroorganismer mellom hendene og den eller det som berøres.
- Den transiente (midlertidige) floraen på helsepersonells hender er derfor i kontinuerlig endring i løpet av arbeidsdagen.
- **Bar fra albuen og ned er en viktig forutsetning for god håndhygiene!**



## Bar fra albuen og ned!

- ✓ Rent arbeidsantrekk med korte ermer
- ✓ Ingen ringer, armbåndsur eller armbånd
- ✓ Korte og naturlige negler

# Negler

## Fingerneglene bør være korte og naturlige

- Området under neglene (subungual) inneholder store mengder mikroorganismer
- Lange negler forhindrer god håndhygiene, og helsepersonell med lange negler (over 2mm) har ofte flere potensielt patogene bakterier på hendene enn helsepersonell med kortere negler
- Neglelakk med farge hindrer kontroll med renhold av det subunguale området
- Kunstige negler og/eller neglepynt har hyppigere forekomst av potensielt patogene bakterier på hendene, både før og etter utført håndhygiene
- Ved gel lakk vil det, som for kunstige negler vil det ved vekst av de naturlige neglene dannes en rand mellom neglebånd og påsatt negl/gelélakk, noe som vanskeliggjør håndhygiene og gir økt grobunn for bakterier.

# Fingerringe

## Hendene bør være uten fingerringe på jobb

- Helsepersonell med fingerringe, inkludert glatte giftringe, har økt forekomst av potensielt sykdomsfremkallende bakterier på hendene.
- Det fuktige miljøet under ringene gir blant annet gode levevilkår for grupper av Gram-negative staver som normalt ikke trives i det sure miljøet på hendene, men som formerer seg og koloniserer i lenger tid på hender med ringe.
- Selv om du flytter på ringen vil ikke håndhygieningen ha like god effekt.

# Armbånd og armbåndsur

Underarmene bør være uten noen form for smykker, klokker eller piercinger

- Helsepersonell med armbåndsur/armbånd inkludert smartklokker og festivalbånd har langt høyere forekomst av bakterier på hendene enn helsepersonell uten slikt.
- Bruk av slike fører til en økt risiko for overføring av mikroorganismer.
- Armbånd og andre smykker på arm nedenfor albue vil kunne vanskeliggjøre effektiv håndhygiene, og fungere som et reservoar for mikroorganismer.

# Arbeidsantrekk og lengde på ermer

Armene fra albuen og ned bør ikke være dekket av uniform eller privat tøy i pasientnært arbeid

- Arbeidsuniformer blir kontaminert ved kontakt med pasienter, inventar og utstyr.
- Mange mikroorganismer overlever i lenger tid på tørre tekstiler.
- Lange ermer på arbeidsuniformen er utsatt for kontaminering under stell, undersøkelse og behandling av pasienten.
- Lange ermer kan også bidra til at det ikke blir utført tilstrekkelig håndhygiene rundt håndleddene og eventuelt underarmene.
- Dersom ermene på arbeidsantrekket blir trukket opp ved utførelse av håndhygiene, kan hendene bli rekontaminert når uniformsermene trekkes ned igjen etter utført håndhygiene.



# Innlogging og gjennomføring av observasjoner

# Gjennomføring av observasjon

## Organisering og gjennomføring

- Observasjon gjennomføres med minst mulig sjenanse for pasienter og ansatte.
- Observatører må behandle enkeltobservasjoner som taushetsbelagte opplysninger.
- Profesjoner med færre enn fem ansatte på en enhet registreres i «helsepersonell (samlegruppe).
- Kommentarer og observasjoner lagres uten informasjon som kan identifisere personer.
- Utform en plan i forkant, og avklart mellom ledelse, koordinator og observatør når observasjoner skal gjennomføres og hvem som skal få resultatene.



# Gjennomføring av observasjon forts.

## Etiske betraktninger



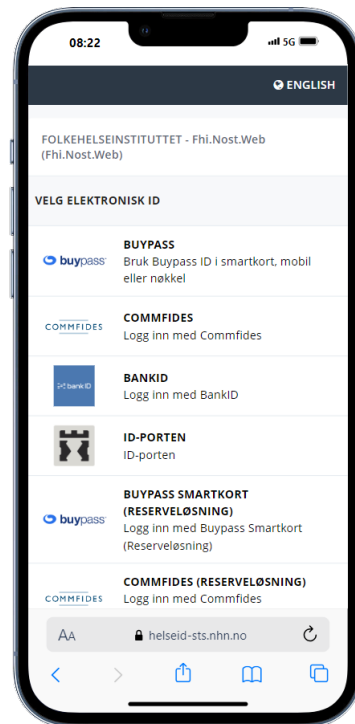
- For modul 2 – Smykker, klokker og negler, gjøres det en observasjon per ansatt per vakt.
- Enheten oppsummerer resultater på en måte som hindrer at funn kan knyttes til enkeltpersoner eller små grupper.
- Kommentarer og observasjoner lagres uten informasjon som kan identifisere personer.
- Del de innsamlede dataene med avdelingens ansatte.
- Bruk de innsamlede dataene til lokalt forbedringsarbeid.

# Hva er NOST?

## Struktur i løsningen

### Tre roller

- Observatør
- Koordinator
- Administrator (FHI)



### To brukergrensesnitt

- Krever innlogging med bank ID
- Observasjon: <https://nost.fhi.no>
- Administrasjon: <https://admin-nost.fhi.no>

# Hvordan opprette bruker?

## Koordinator

- Send forespørsel til FHI via mail til [nost@fhi.no](mailto:nost@fhi.no) om opprettelse av koordinator:
  - Navn på foretak, type foretak, kommune
  - Navn på koordinator, samt fødselsdato og HPR nummer
- FHI- admin oppretter bruker, koordinator logger seg inn via Bank ID.
- Koordinator kan legge til flere koordinatore ved eget foretak via admin. grensesnittet.

## Observatør

- Observatør logger seg inn på [nost.fhi.no](http://nost.fhi.no) med bank id og sender forespørsel til eget foretak (koordinator) om å opprette bruker.
- Koordinator godkjenner fra admin. grensesnittet.
- ELLER Koordinator legger inn opplysninger om observatør selv.
- Observatøren logger så på igjen med Bank ID når bruker er godkjent

# Hvordan ser de ulike modulene i NOST ut?

## 4 indikasjoner (håndhygiene)

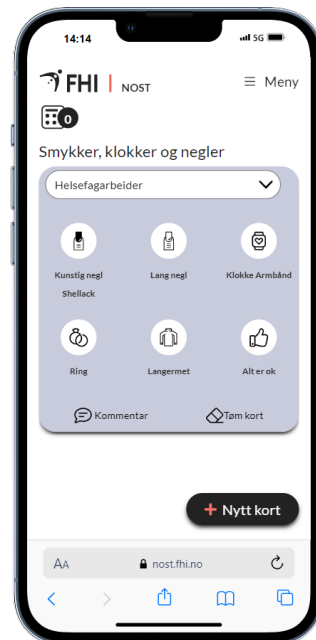


Modul 1.

Til observasjon av håndhygiene.

Krever sertifisering for å kvalitetssikre datainnsamlingen.

## Smykker, klokker og negler



Modul 2

Til kartlegging av prinsippet om bar fra albue og ned. Inkluderer arbeidstøy med kort erm.

## Hansker

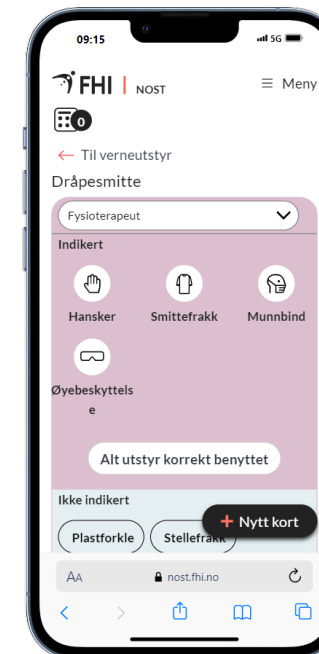


Modul 3

Til observasjon av hanskebruk.

Løsningen er todelt; der det er indikert og en der det ikke er indikert.

## Personlig verneutstyr

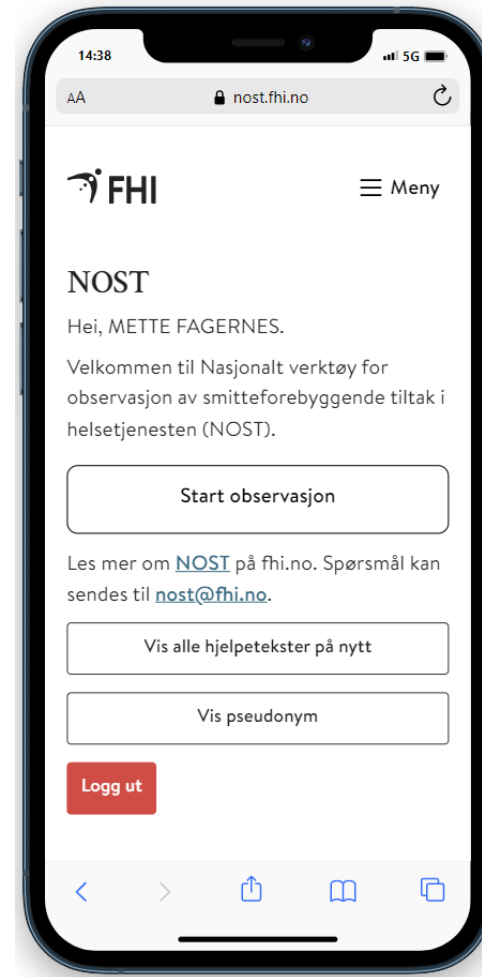
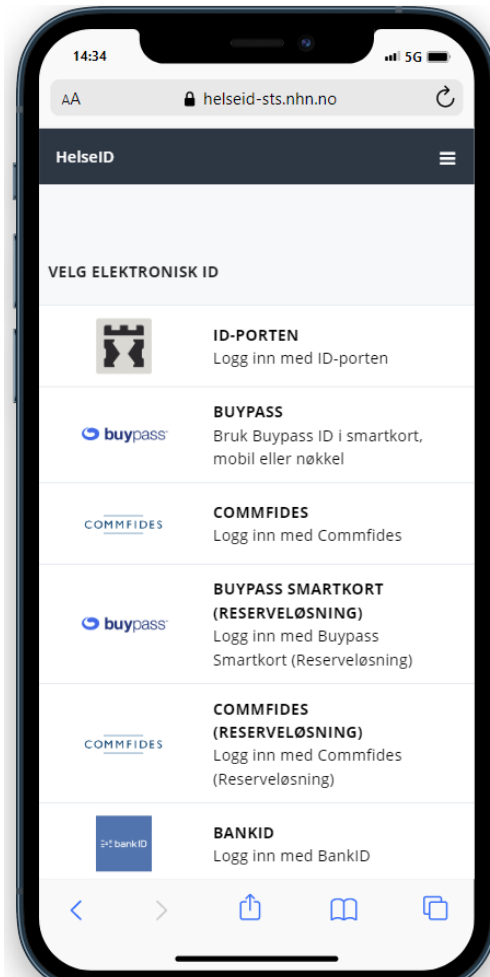
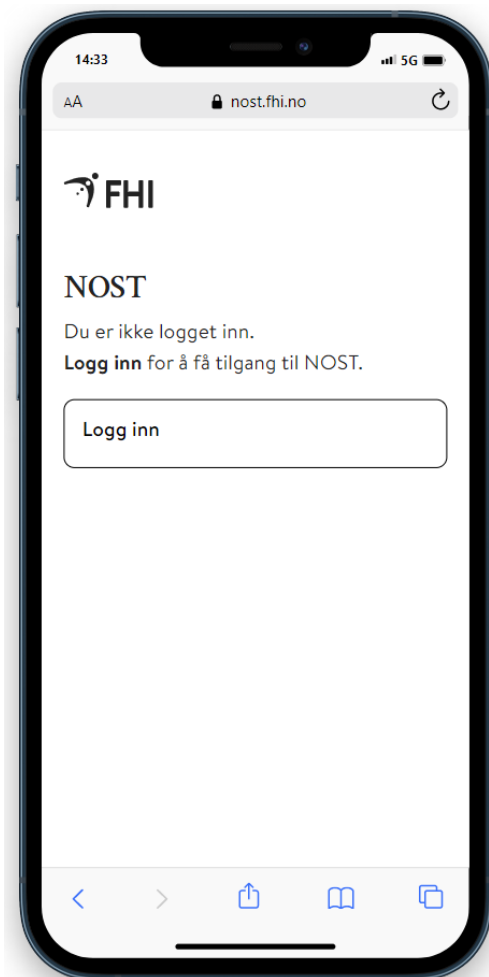


Modul 4

Til observasjon av riktig bruk av personlig verneutstyr.

# Hvordan logge inn

Logg på løsningen via <https://nost.fhi.no>



# Hvordan starte en observasjon

## Start observasjon

Velg «Start observasjon» på forsiden når du er innlogget.

Velg så

1. Institusjon (om du er registrert ved flere)
  2. Avdeling (start å skrive, eller skroll ned ved pilen)
  3. Type observasjon: «Smykker, klokker og negler»
  4. Profesjon(er) du ønsker å observere (dette kan endres underveis)
- Klikk «Start observasjon»
  - Observasjon behøver ikke å foregå i en pasientsituasjon. Den kan med fordel gjennomføres i fellesarealer som på personalrom, medisinrom og i korridor.

The image displays two sequential screenshots of a mobile application interface for starting an observation. The left screenshot, taken at 18:02, shows the user's profile as 'Oslo universitetssykehus HF' with the observer 'LINE DANSER'. It features dropdown menus for 'Institusjon' (Oslo universitetssykehus HF) and 'Avdeling' (Velg avdeling). Below these are radio button options for 'Type observasjon': '4 indikasjoner', 'Smykker, klokker og negler', 'Hansker', and 'Beskyttelsesutstyr'. A red 'Start observasjon' button is at the bottom. The right screenshot, taken at 18:03, shows the 'Avdeling' dropdown set to 'Post 6, Infeksjon'. The 'Type observasjon' options are the same, but 'Smykker, klokker og negler' is selected. The 'Profesjon' section shows a grid of icons for 'Bioingeniør', 'Fysioterapeut', 'Pleiepersonell', 'Lege', and 'Sykepleier', with checkmarks indicating that 'Fysioterapeut' and 'Sykepleier' are selected. A red 'Start observasjon' button is also present at the bottom.

# Legge NOST til som snarvei på telefonen



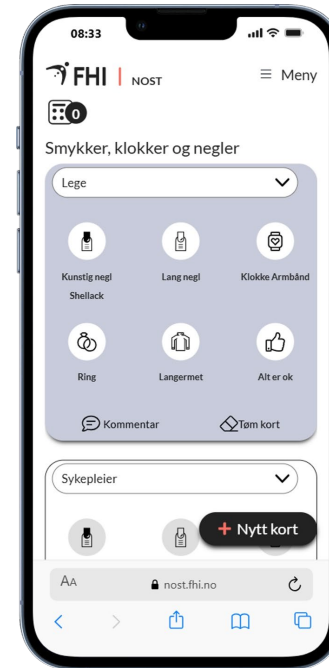
Send til



Legg til på hjem skjerm



Legg til på hjem skjerm

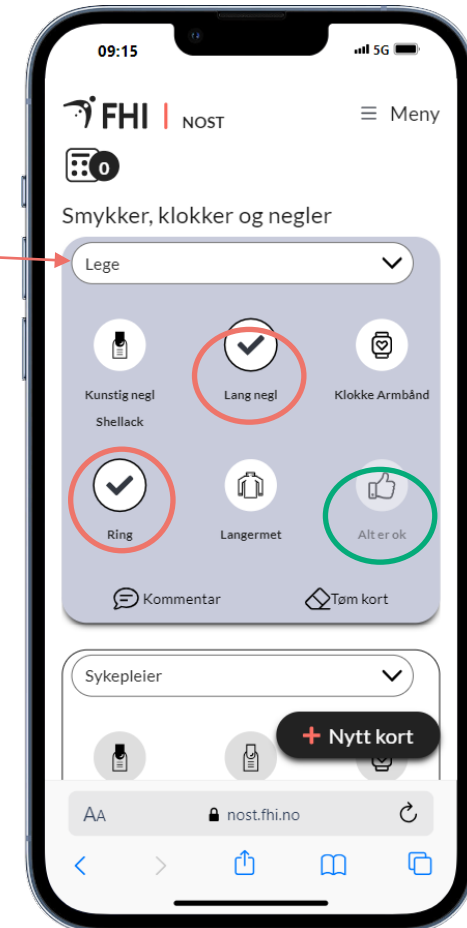


# NOST modul 2: Smykker, klokker og negler

# Hvordan observere smykker, klokker og negler?

## Et kort med observasjon per helsearbeider

- Fyll ut kun ett kort per person som observeres.
- Sjekk at kortet du registrerer på har samme profesjonen som personen du observerer (i dette eksemplet en lege)
- Om alt er riktig, krysser du av for «alt ok» (grønn sirkel)
- Ved eventuelle avvik fra anbefalingene, krysses disse av. De markeres med hake (rød sirkel).
- Har en helsearbeider to avvik, eksempelvis lang negl og ring, krysses begge av.



# Hvordan observere forts.

Observasjon lagres og nytt kort kan fylles ut

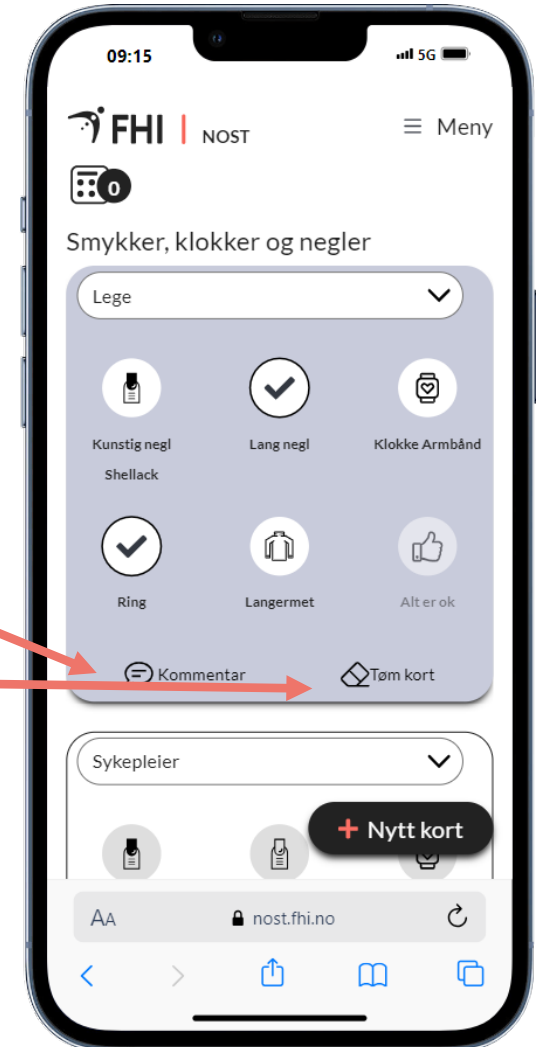
- Dra kortet til høyre for å lagre.
- Tellelisten oppe til venstre øker fra 0 til 1 (vist med rød sirkel)
- Kortet kan nå fylles ut på ny av en annen person med samme profesjon.
- Har du valgt flere profesjoner før du startet får du opp ett kort per profesjon.
- Du ser alle kortene ved å skrolle ned på skjermen.
- Profesjonen kan endres ved å gå inn på rullgardinen øverst til venstre på kortet.



# Hvordan observere forts.

## Legge til kommentar, tømme og lagre kort

- Det er mulig å legge til kommentar av hvert kort per observasjon ved å trykke på «Kommentar».
- Har du registrer feil kan du enten fjerne alle markeringene ved å trykk på «Tøm kort» nede i høre hjørne.
- Det er også mulig og redudere observasjoner ved å ved å trykke på tellelisten og å trykke på «Rediger».
- Gjør endringer og trykk «Lagre»
- Gå tilbake for videre observasjon ved å trykke «Tilbake til observasjon»



# Slette kort eller legge til nytt kort

- Dersom du har oppe flere kort enn du ønsker kan du enkelt slette et kort ved å dra det til venstre.
- **NB!** Innholdet på kortet forsvinner når det slettes. Det er viktig å lagre siste observasjon på kortet før kortet slettes.
- Ønsker du flere kort oppe kan du legge til et nytt kort ved å trykke på «Nytt kort».
- Spørsmål om hvilken profesjon kortet skal ha dukker opp før det legger seg øverst, over de andre kortene du har oppe på skjermen.



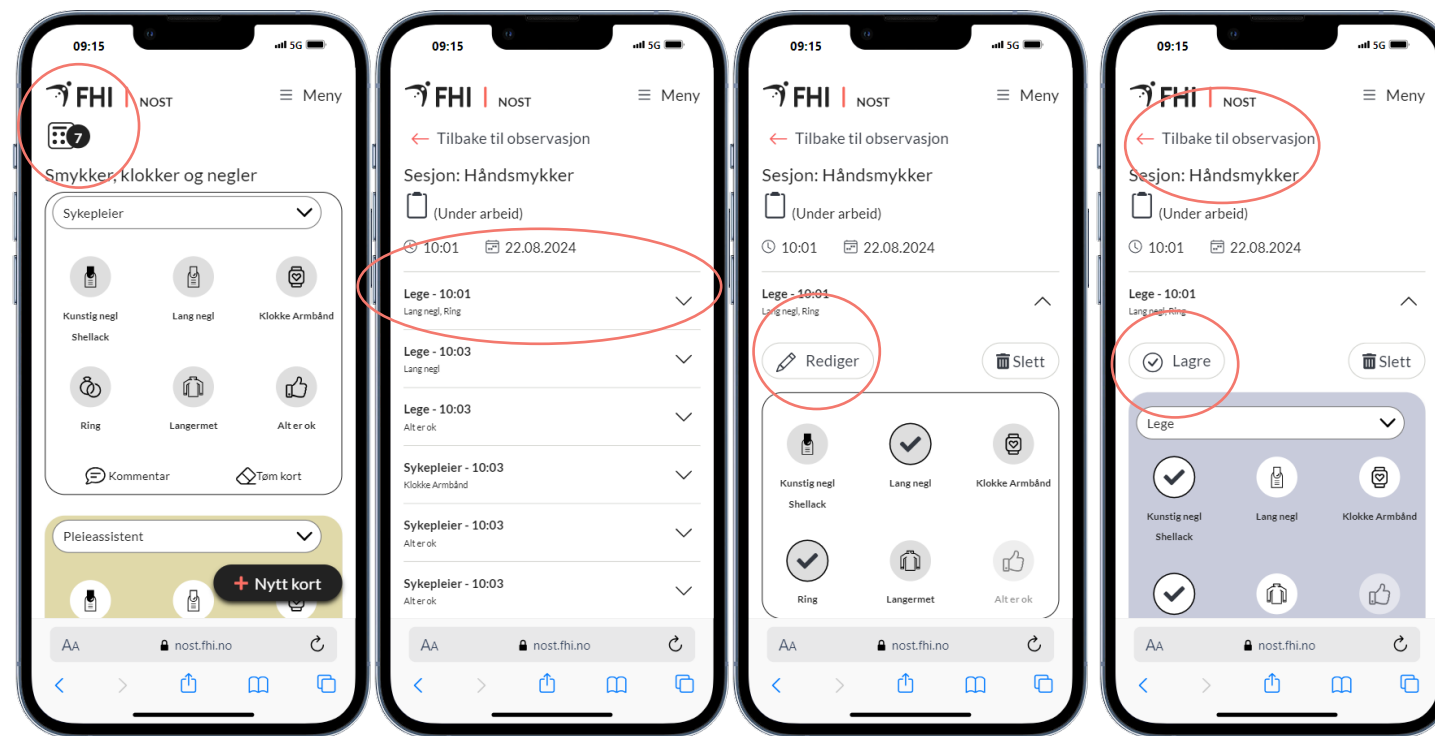


# Felles overordnede funksjoner

Se, redigere, sende sesjoner, hovedmeny mm.

# Se og redigere observasjoner under en pågående sesjon

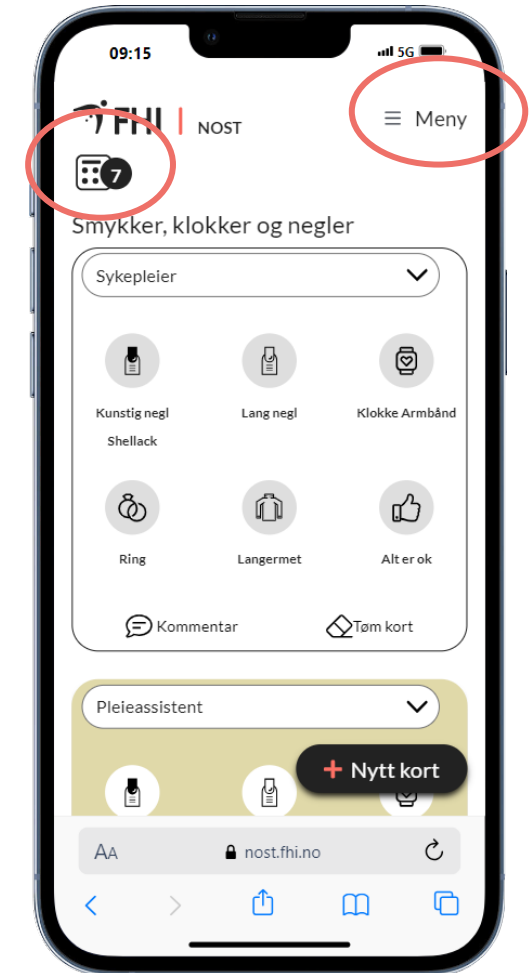
- Gå inn på tallelisten oppe i venstre hjørne
- Åpne og redigere observasjonene (kortene) ved å trykke på kortet og deretter «Rediger»
- Gjør endringer og trykk «Lagre»
- Gå tilbake for videre observasjon ved å trykke «Tilbake til observasjon»



# Hvordan avslutte en sesjon

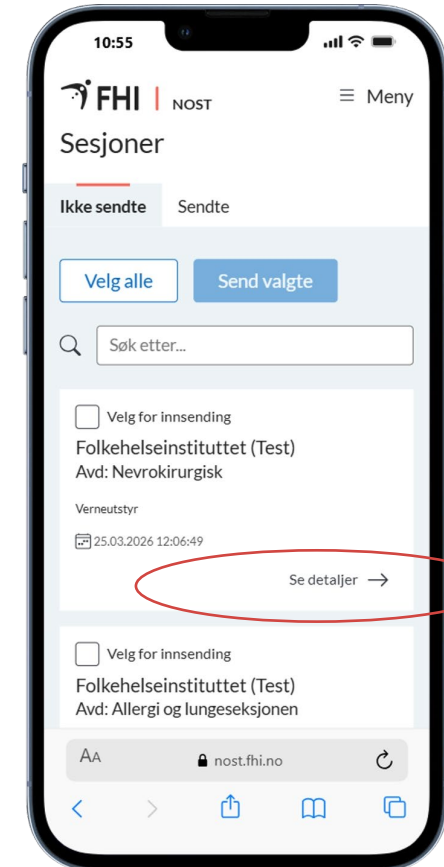
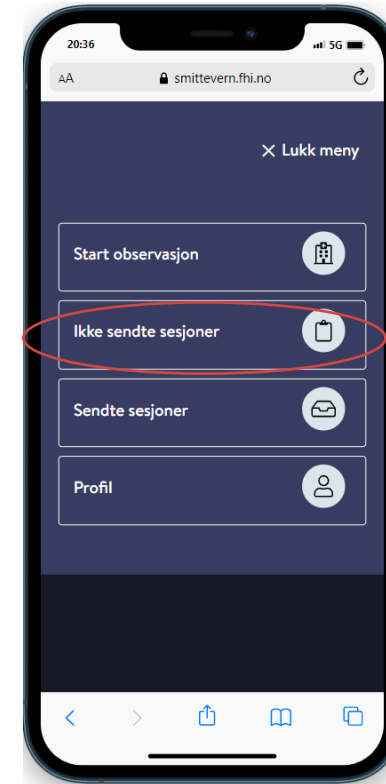
## En sesjon kan avsluttes på to måter

- Om du trykker på hovedmenyen oppe i høyre hjørne og deretter velger å gå inn på en av punktene på hovedmenyen, avsluttes sesjonen automatisk og lagres seg under «ikke sendte sesjoner».
- Om du går inn på telleknappen opp i venstre hjørne og deretter skroller ned og velger «Send koordinator», avsluttes sesjonen og legger seg under «Sendte sesjoner».



# Hvordan redigere observasjoner som er lagret

- Du kan redigere lagrede data før de sendes koordinator.
- Gå inn på "Ikke sendte sesjoner" på hovedmenyen og velg "Se detaljer" på aktuell sesjon.
- Du velger aktuell sesjon og trykker deretter på observasjonen du ønsker å redigere.
- Det er mulig å redigere enkeltobservasjoner, slette enkeltobservasjoner (kort) eller slette hele sesjonen.
- Husk å lagre endringene.



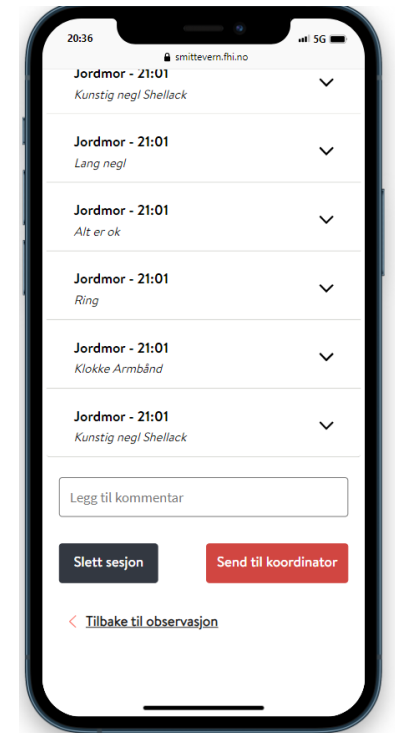
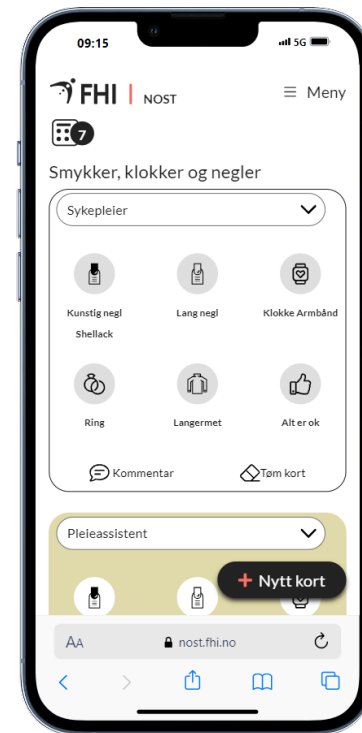
# Hvordan dele data med koordinator

## Sende sesjon

Når sesjonen er ferdig kan du velge å sende sesjonen umiddelbart til koordinator på to måter:

1. Gå inn på tellelisten i venstre hjørne

- Skroll ned og velg «Send koordinator».
- Da legger sesjonen seg under «Sendte sesjoner».



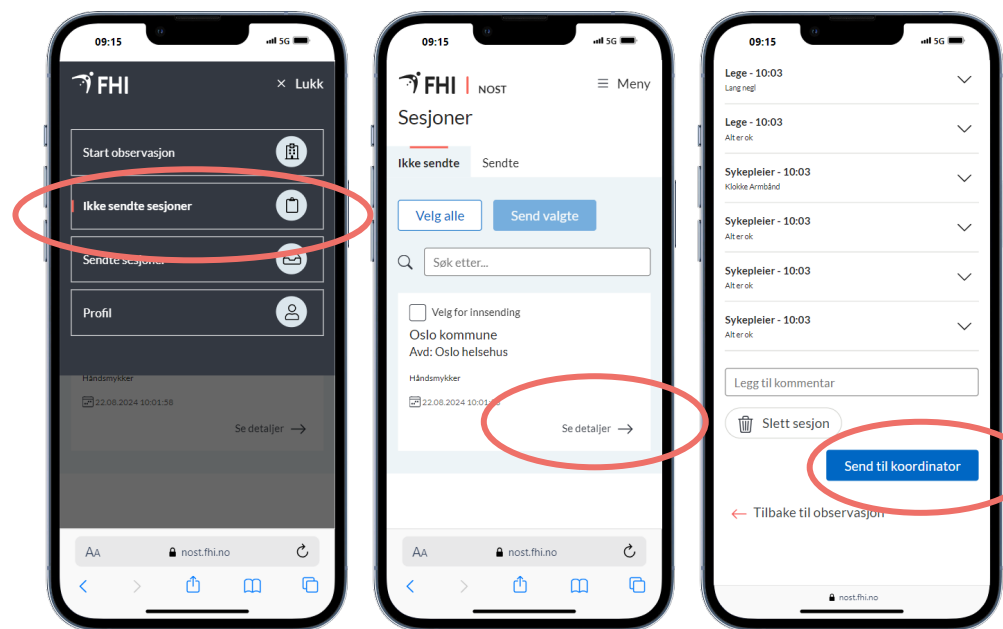
# Hvordan dele data med koordinator forts.

## Sende sesjon

2. Fra hovedmenyen:

- Velg "Ikke sendte sesjoner"
- Velg "Se detaljer" for aktuell sesjon
- Skroll ned siden og velg «Send til koordinator»
- Sesjonen legger seg under «Sendte sesjoner»

Når dataene er sendt til koordinatoren mister du muligheten til å redigere dataene. Er det behov for endringer etter at dataene er sendt må dette gjøres av koordinator.





# Lykke til!

Spørsmål kan sendes til [nost@fhi.no](mailto:nost@fhi.no)

Mer informasjon om NOST finner du i [Håndbok for NOST](#) på fhi.no

