

5. MAI 2019

Nasjonal markering av håndhygienes dag



ALLE MANN TIL PUMPENE

INNHALDSFORTEGNELSE

| | |
|--|----|
| 1. Bakgrunn for markering av 5. mai..... | 2 |
| 1.1 Målgruppe | 2 |
| 1.2 Hensikt | 2 |
| 1.3 Hva innebærer en deltagelse og hvordan melder man seg på? | 3 |
| 2. Tema, aktivitetsforslag og materiell..... | 4 |
| 2.1 Årets tema - hånddesinfeksjon, til rett tid og med riktig teknikk..... | 4 |
| 2.2 Innsatsområder, aktiviteter og kampanjemateriell | 5 |
| 2.3 Bestilling og nedlasting av materiell | 6 |
| 3. Bakgrunn for valg av innsatsområdene | 8 |
| 3.1 Innsatsområde 1a- Indikasjoner for håndhygiene | 8 |
| 3.2 Innsatsområde 2a – Forenklede anbefalinger for hånddesinfeksjon | 9 |
| 3.3 Innsatsområde 3a – Håndhygienefasiliteter..... | 10 |
| 3.4 Innsatsområde 3b – «Bar fra albuen og ned»..... | 10 |
| 3.5 Innsatsområde 3c – Hudpleie | 11 |
| 4. Håndhygienedagen 5. mai på sosiale medier | 11 |

Figurer

| | |
|---|---|
| Figur 1: Hånddesinfeksjon på 1-2-3..... | 4 |
| Figur 2: Indikasjonene for håndhygiene- WHO's modell "My 5 moments" | 9 |

Tabeller

| | |
|--|---|
| Tabell 1: Deltema, innsatsområder, aktivitetsforslag og materiell..... | 5 |
| Tabell 2: Produkter som kan bestilles mot kostpris..... | 7 |

1. BAKGRUNN FOR MARKERING AV 5. MAI

For å rette oppmerksomhet mot håndhygiene som vårt viktigste, enkeltstående smitteverntiltak lanserte Verdens helseorganisasjon (WHO) i 2009 den årlige kampanjen SAVE LIVES: Clean Your Hands. De introduserte i den forbindelse 5. mai som verdens håndhygienedag. Det har siden 2010 også vært invitert til en norsk, nasjonal markering av dagen.

For hvert år velges det et nytt tema innen håndhygiene som det rettes spesiell oppmerksomhet mot.

Årets tema er: *Hånddesinfeksjon, til rett tid og med riktig teknikk.*

1.1 Målgruppe

Alle enheter hvor det ytes helsehjelp oppfordres til å delta, samt alle kategorier av helsepersonell og helsefaglige studenter.

Alle norske sykehus og en stor andel sykehjem og hjemmetjenesteområder deltar hvert år i markeringen, likeledes et stigende antall boliger, tannlegekontor, legekantor og helsefaglige utdanningsinstitusjoner.

Målet er å nå ut til alt helsepersonell med oppdaterte anbefalinger for håndhygiene.

Markeringen støttes av de ulike faggruppene innen helsetjenesten – ta en kikk på [«Bli med videoen»](#) fra 2018 med helseministeren og lederne for de ulike forbundene og organisasjonene:



1.2 Hensikt

Hensikten med markeringen er å bidra til å opprettholde oppmerksomheten på håndhygiene og legge til rette for kontinuerlig forbedringsarbeid ved den enkelte deltagende enhet. Ved å årlig oppdatere anbefalingene for håndhygiene samt utarbeide nytt undervisnings- og markeringsmaterieill, søker man å forenkle implementeringsarbeidet ved den enkelte enhet.

[Nasjonale anbefalinger for håndhygiene](#), samt en stor mengde undervisningsmateriell i form av filmer, undervisningspresentasjoner, e-læringsprogram, plakater, brosjyrer, registreringskjema og mye annet finnes til enhver tid fritt tilgjengelig på [Folkehelseinstituttets temaside om håndhygiene](#).

1.3 Hva innebærer en deltagelse og hvordan melder man seg på?

Den nasjonale arbeidsgruppen for markeringen av 5. mai foreslår hvert år et tema for markeringen samt ulike innsatsområder og aktiviteter (se tabell 1, side 5). Det er imidlertid helt opp til den enkelte deltagende enhet å beslutte hvordan markeringen skal foregå ved egen enhet. Ved påmelding bekrefter man kun at man planlegger å markere dagen i en eller annen form. Man forplikter seg altså ikke til bestemte aktiviteter eller gjøremål. Det er et ønske at alle som markerer dagen melder seg på slik at man får en oversikt over responsen på det nasjonale initiativet.

Påmelding koordineres av leder eller annen med tildelt ansvar (eksempelvis hygiesykepleier eller hygienekontakt) ved den enkelte enhet. Flere geografiske enheter kan (med fordel) meldes på sammen, eksemplvis sykehus i samme HF eller sykehjem, boliger og hjemmetjenesteområder i samme kommune. Det er imidlertid ikke noe i veien for å melde på enhetene enkeltvis om det foretrekkes.

For å kunne evaluere markeringen, samt få innspill og ønsker til neste års markering, er det ønskelig at deltagende enheter i etterkant gir en kort tilbakemelding om erfaringer fra markeringen. Det sendes ut en lenke til et kort elektronisk spørreskjema på mail i etterkant av markeringen.

Milepæler ved deltagelse:

1. [Meld på via lenke](#) på Folkehelseinstituttets temaside om håndhygiene.
2. Bestill ønsket materiell på bestillingsportalen www.renehender.no.
3. Last ned filmer, skjema og undervisningsmateriell fra [Folkehelseinstituttets temaside om håndhygiene](#).
4. Gjennomfør markering av håndhygenes dag 5. mai.
5. Rapporter tilbake om aktiviteter og erfaringer med kampanjematerialet innen 15. juni 2019 (lenke til kort elektronisk skjema blir tilsendt på mail).
6. Kort rapport fra den nasjonale markeringen sendes ut på mail og gjøres tilgjengelig på Folkehelseinstituttets temaside om håndhygiene ila september 2019.

2. TEMA, AKTIVITETSFORSLAG OG MATERIELL

2.1 Årets tema - hånddesinfeksjon, til rett tid og med riktig teknikk

Både alkoholholdig hånddesinfeksjon og håndvask med såpe og vann er gode og effektive metoder for håndhygiene, når det utføres riktig. Hånddesinfeksjon er likevel anbefalt som førstevalg for helsepersonell i de fleste situasjoner fordi det er:

- Effektivt mot de aller fleste mikroorganismer.
- Lett å gjøre tilgjengelig der det trengs.
- Raskere å gjennomføre enn håndvask.

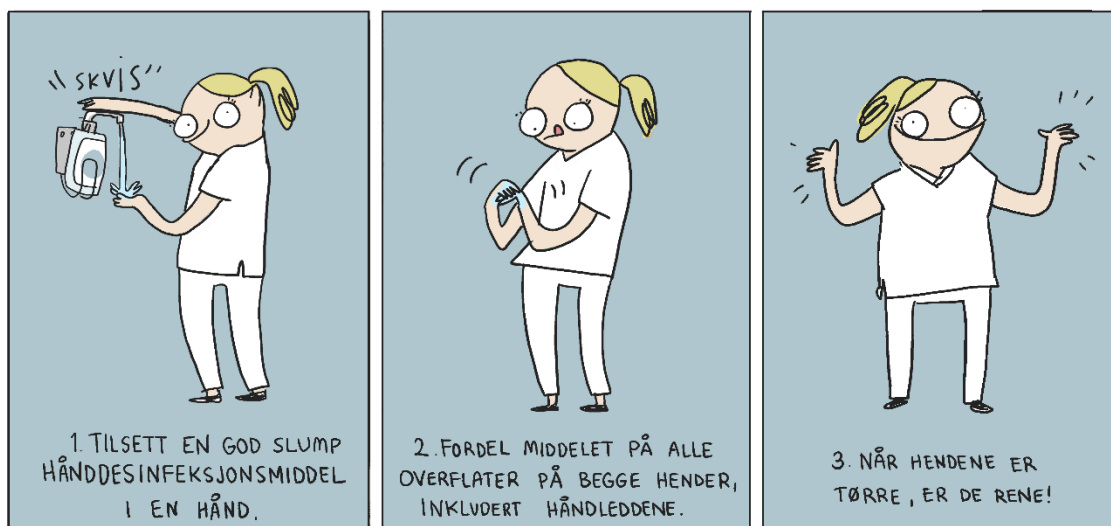
For at hånddesinfeksjon skal være et effektivt smitteverntiltak må det utføres til rett tid (slik at smittekjeden brytes), det må gjøres med rett teknikk og med effektive hånddesinfeksjonsmidler.

Selv om hånddesinfeksjon er en relativt enkel prosedyre ser man at det ofte ikke gjennomføres optimalt. Hendene rengjøres ofte ikke til rett tid, helsepersonell benytter ofte for lite hånddesinfeksjonsmiddel og man glemmer ofte å desinfisere deler av hendene slik som tomler, fingertupper og hendenes overside. **Hånddesinfeksjon, til rett tid og med riktig teknikk, er derfor valgt som tema for årets markering.**

Nyere forskning viser at det som er avgjørende er at man benytter tilstrekkelig hånddesinfeksjonsmiddel til at alle overflater på begge hender blir godt fuktet. Det avgjørende er å benytte nok middel og rengjøre *hele* hånden, ikke i hvilken rekkefølge (trinn) man fordeler middelet.

For å tydeliggjøre budskapet og forenkle fremstillingen er de nasjonale anbefalingene revidert til en modell med tre trinn:

Figur 1: Hånddesinfeksjon på 1-2-3



2.2 Innsatsområder, aktiviteter og kampanjemateriell

Hovedbudskapet ved årets markering er at hånddesinfeksjon er blant våre viktigste smitteverntiltak, men at det ikke er effektivt om man ikke utfører det riktig. For å sikre effektiv håndhygiene slik at smittetekjeden brytes må man utføre håndhygiene til rett tid, man må benytte **nok middel** og **rengjøre hele hånden**. I tillegg er det visse forutsetninger som må være på plass – det må være **håndhygienefasiliteter** tilgjengelig i umiddelbar nærhet og man må være «**bar fra albuen og ned**» - fri for smykker, med korte negler og ha hel hud.

Tabell 1 gir oversikt over de ulike innsatsområdene med forslag til aktiviteter og materiell. I kapittel 3 gis en kort innføring i grunnlaget for de ulike innsatsområdene. Se [temasiden for håndhygiene](#) og [Nasjonal veileder for håndhygiene](#) for mer utfyllende informasjon og referanser.

Tabell 1: Deltema, innsatsområder, aktivitetsforslag og materiell

| Deltema | Innsats-områder | Aktivitets-forslag | Materiell | Format |
|---|--|---------------------------|---|---|
| 1. Håndhygiene til rett tid | 1a. Indikasjonene for håndhygiene | PowerPoint presentasjoner | • Håndhygiene og hanskebruk i kommune-helsetjenesten (2019) | Elektronisk tilgjengelig som PowerPoint og PDF. |
| | | | • Håndhygiene og hanskebruk i helseinstitusjoner (2019) | |
| | | | • Håndhygiene og hanskebruk i tannhelsetjenesten (2019) | |
| | | | • Håndhygiene og hanskebruk for renholdspersonell (2019) | |
| | | Film | • Alle mann til pumpene (2019), 7 min | Elektronisk |
| | | Postere | • Håndhygiene til rett tid, seng (2013) | Elektronisk, bokmål og nynorsk |
| | | | • Håndhygiene til rett tid, stol (2013) | |
| • Håndhygiene til rett tid, tannhelsetjenesten (2018) | | | | |
| Brosjyrer | • Renholdspersonell. Råd om håndhygiene og hanskebruk (2017) | Elektronisk, mange språk | | |
| Leker/konkurranser | • Quiz (2019) • Kahoot (2019) | Elektronisk | | |
| 2. Håndhygiene på rett måte | 2a. Nye nasjonale anbefalinger for hånd-desinfeksjon | PowerPoint presentasjoner | • (samme presentasjoner som over) | (som over) |
| | | Film | • En dråpe er ikke nok (2019), 40 sek. | Elektronisk |
| | | | • Alle mann til pumpene (2019), 7 min | |
| Postere | • En dråpe er ikke nok (2019) | | | |

| | | | | |
|--|-----------------------------|---|--|-------------------------------------|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> • Alle mann til pumpene, besøkende (2019) • Alle mann til pumpene, helsepersonell (2019) • Hånddesinfeksjon på 1-2-3 (2019) | Trykket versjon (A3) og elektronisk |
| | | Brosjyrer | <ul style="list-style-type: none"> • Renholdspersonell. Råd om håndhygiene og hanskebruk (2017) | Elektronisk, mange språk |
| | | Kahoot/ Quiz | <ul style="list-style-type: none"> • (samme som over) | (som over) |
| | | Stand | <ul style="list-style-type: none"> • Brosjyrer, penner, drops, nett, smykkepose, håndsprit osv. (2019) | Bestilles via bestillingslenke |
| | | | <ul style="list-style-type: none"> • Quiz (2019) | (som over) |
| 3. Forutsetninger for effektiv håndhygiene | 3a. Håndhygiene-fasiliteter | Kartlegge fasiliteter og oppgradere ved behov | <ul style="list-style-type: none"> • Registreringsskjema håndhygienefasiliteter-kommunale helseinstitusjoner (rev.2019) • Registreringsskjema håndhygienefasiliteter – sykehus (rev. 2019) | Elektronisk |
| | 3b. «Bar fra albuen og ned» | PowerPoint presentasjoner | <ul style="list-style-type: none"> • (samme presentasjoner som over) | (som over) |
| | | Film | <ul style="list-style-type: none"> • Alle mann til pumpene (2019) | Elektronisk |
| | | Postere, brosjyrer | <ul style="list-style-type: none"> • Ta den av (ring, rev. 2019) • Ta den av (klokke, rev. 2019) • Klipp dem korte (negler, 2019) | Trykket versjon A3 og elektronisk |
| | | Kahoot/ Quiz | <ul style="list-style-type: none"> • (samme som over) | (som over) |
| | | Stand | <ul style="list-style-type: none"> • (samme som over) | (som over) |
| | 3c. Hudpleie | PowerPoint presentasjoner | <ul style="list-style-type: none"> • (Som over) | (som over) |
| | | Film | <ul style="list-style-type: none"> • Alle mann til pumpene (2019) | (som over) |
| | | Stand | <ul style="list-style-type: none"> • (som over) | (som over) |

* Tabellen finnes også med lenke til alle produktene på temasiden om håndhygiene







2.3 Bestilling og nedlasting av materiell

Trykte plakater og produkter som smykkeposer, kulepenner, handlenett, dropsesker, plasteresker, og t-trøyer kan bestilles via W&J på lenken på [bestillingsportalen «www.renehender.no»](http://www.renehender.no)

Plakatene er gratis, og tilsendes mot kostnad for frakt og ekspedisjonsgebyr. Effekter som kulepenner, handlenett, smykkeposer, pastillesker, klistrelapper med mer kan bestilles mot kostpris + porto og ekspedisjonsgebyr. Tabell 2 gir en oversikt over trykket materiell og produkter man kan bestille. Alt materiell fra tidligere markeringer, inkludert filmer, PowerPoint presentasjoner, quiz, plakater, brosjyrer osv. kan lastes ned fra [temasiden om håndhygiene](#), fra fanen [presentasjoner](#) (filmer, presentasjoner, registreringsskjema mm), oversikten over E-læringskurs, eller fra [plakater og](#)

informasjonsmateriell. Det finnes tilgjengelig et restlager av enkelte av plakater fra tidligere år som man kan få tilsendt mot porto og ekspedisjonsavgift som årets produkter. Hvilke produkter det gjelder ser man når man klikker seg inn på det enkelte produkt på oversikten over plakater og informasjonsmateriell. Disse plakatene kommer også opp på bestillingsportalen sammen med årets materiell.

Tabell 2: Produkter som kan bestilles mot kostpris

| Nr. | Produkttype | Beskrivelse | Bilde | Pris eks. mva |
|-----|-------------------------------|--|--|---------------------|
| 4. | Kulepenner | Esker av 50. |  | Kr. 200 pr boks |
| 5. | Handlenett | 38 cm x 42 cm x 8 cm. Kan vaskes på 30 grader. |  | Kr. 7,15 |
| 6. | Smykkepose | 9 x 15 cm (plass til mobil). Kan vaskes på 30 grader. |  | Kr. 7,0 |
| 7. | T-trøye | S, M, L, XL, XXL |  | Kr. 79,50 |
| 8. | Dropsesker | Div. smaker og illustrasjoner |  | Kr. 5,64 |
| 9. | Boks med plaster | 5 plaster |  | Kr. 5,0 |
| 10. | Klistrelapper Ruller av 50 | Til flasker med hånddesinfeksjon etc. Vinyl, tåler noe fuktighet. |  | Kr. 95,00 per rull |
| 11. | Klistrelapper Ruller av 50 | Til å sette på tøy etc. Må tas av tøyet før vask. 5 cm. Papir, tåler ikke fuktighet. |  | Kr. 82,50 per rull |
| 12. | Klistrelapper Ruller av 50 | Husk håndhygiene, håndvask. Lett å ta av uten at det setter merker, til speil etc. |  | Kr. 125,00 per rull |
| 13. | Klistrelapper Ruller av 50 | Husk håndhygiene, hånddesinfeksjon. |  | Kr. 125,00 per rull |

3. BAKGRUNN FOR VALG AV INNSATSOMRÅDENE

3.1 Innsatsområde 1a- Indikasjoner for håndhygiene

Verdens helseorganisasjon (WHO) introduserte i 2005 modellen «My 5 moments». Modellen er basert på forskning om smitteoverføring via hender og beskriver fem indikasjoner for når håndhygiene må utføres i forbindelse med pasientkontakt for å hindre overføring av smittestoffer.

Modellen er tatt i bruk i en rekke land, inkludert ved mange helseforetak i Norge, og er et godt hjelpemiddel både til å beskrive og gi opplæring i behovene for håndhygiene, samt ved observasjon av etterlevelse av håndhygieniske anbefalinger.

Modellen bygger på et geografisk konsept hvor man med utgangspunkt i den enkelte pasient deler det fysiske miljøet i helsetjenesten i to områder, pasientsonen og helsetjenesteområdet.

Pasientsonen består av pasienten selv og gjenstander i pasientens umiddelbare nærhet, slik som sengen, stolen, nattbordet, og medisinsk utstyr. Overflatene i pasientsonen blir raskt forurenset med de samme mikroorganismer som pasienten har, og man anser det derfor som en felles sone.

Helsetjenesteområdet omfatter alle flater og kontaktpunkter utenfor pasientsonen. Dette inkluderer alle andre pasienter og deres pasientsoner og alle fellesområder i helseinstitusjonen.

For å hindre å ta med smittestoffer inn til pasienten må du alltid utføre håndhygiene når du forflytter deg fra helsetjenesteområde og inn i pasientsonen, før du berører en pasient eller gjenstander i pasientsonen. Dette er indikasjon 1 i WHO's modell.

For å ikke ta med deg smitte fra pasientsonen til helsetjenesteområde og videre til andre pasienter, må du alltid utføre håndhygiene før du forlater pasientsonen. Dette gjelder også om du kun har tatt på gjenstander i pasientsonen og ikke pasienten selv. Dette utgjør indikasjon 4 og 5 i WHO's modell.

I tillegg må du utføre håndhygiene inne i pasientsonen dersom du skal utføre oppgaver med ekstra krav til renhet. Eksempel på dette er aseptiske oppgaver som å sette injeksjoner eller legge inn urin-kateter. Dette omtales som indikasjon 2 i modellen.

Til sist kommer indikasjon 3, etter kontakt med kroppsvæsker. Kroppsvæsker inneholder ofte mikroorganismer som kan gi sykdom, også for pasienten selv, ved overføring til andre deler av kroppen. Utfør derfor alltid håndhygiene umiddelbart etter kontakt med kroppsvæsker, også når du skal fortsette behandling hos samme pasient.

I tillegg til disse fem indikasjonene for håndhygiene i pasientsituasjonene er det viktig å utføre håndhygiene til rett tid også utenfor pasientsonen. Eksempler på dette er:

- Etter opphold på desinfeksjonsrom eller håndtering av avfall eller urent utstyr
- Etter toalettbesøk
- Etter å ha hostet eller nyst i hendene, eller pusset nesen
- Før du går inn på rene områder som kjøkken, rene lager, medisinrom
- Før du skal tilberede eller spise mat

Les mer om [WHO's modell og indikasjonene om håndhygiene i den nasjonale veilederen for håndhygiene.](#)

Figur 2: Indikasjonene for håndhygiene- WHO's modell "My 5 moments"



3.2 Innsatsområde 2a – Forenklede anbefalinger for hånddesinfeksjon

WHO publiserte i 2009 en modell med åtte trinn for bruk av hånddesinfeksjon. Modellen er flittig brukt ved undervisning verden over, også i Norge. Studier viser at fremgangsmåten ikke har betydning for effekten av hånddesinfeksjon, så lenge alle overflater blir desinfisert i tilstrekkelig tid. I 2016 ble det publisert ny nasjonal veileder for håndhygiene. I den nye veilederen beskrev man en enklere modell med oppmerksomhet på å benytte tilstrekkelig middel og rengjøre alle overflater på hendene. Det ble imidlertid ikke utformet nye illustrasjoner, noe som har blitt etterspurt. Det har derfor, i forbindelse med årets markering av 5. mai, blitt utarbeidet en revidert og forenklet tre trinns fremgangsmåte for hånddesinfeksjon – Hånddesinfeksjon på 1-2-3 (se figur 1, side 4). Markeringen av 5. mai 2019 er en god anledning til å gjøre helsepersonell kjent med de nye, forenklede anbefalingene.

3.3 Innsatsområde 3a – Håndhygienefasiliteter

Tilgjengelighet og plassering av håndhygienefasiliteter har betydning for etterlevelse av håndhygieniske anbefalinger og forekomsten av helsetjenesteassosierte infeksjoner.

Fasilitetene må være godt synlige og tilgjengelig i umiddelbar nærhet til området hvor pasientkontakt finner sted. Plasseringen må også være hensiktsmessig og forutsigbar for helsepersonellet.

Ved plassering av dispensere er målet å legge til rette for økt bruk av hånddesinfeksjon på stedet hvor pleie, undersøkelse og behandling utføres. Plasseringen bør derfor baseres på analyse av arbeidsflyten i det enkelte rom. Det finnes imidlertid noen generelle anbefalinger for plassering:

- Innen armlengdes avstand fra hver pasientseng (maks 1 m).
- Rett på innsiden av hvert pasientrom, lett synlig på utsiden av hvert pasientrom, samme side som dørhåndtaket.
- Festet til mobile arbeidsbord.
- Høyaktivitetsområder som: arbeidsrom, desinfeksjonsrom, medisinrom, fellesstuer, flerbruksrom som undersøkelsesrom.
- På utsiden av rene lager og kjøkken, samme side som dørhåndtak.
- Ved inngangen til avdelingen, samme side som dørhåndtak.
- Ved utgangen av avdelingen, samme side som dørhåndtak.
- I pasientområder som: venterom, resepsjonsområder, matsaler.

Dispenserne bør være lett synlige når man går inn i rommet, tydelig merket og enkle i bruk. Dispensere montert ved vask kan føre til at brukeren blander produktene eller tror at man skal benytte hånddesinfeksjon etter at man har vasket seg med såpe og vann. Det bør derfor unngås.

Les mer om håndhygienefasiliteter og risikofaktorer som bør tas i betraktning i den [nasjonale veilederen for håndhygiene](#).

3.4 Innsatsområde 3b – «Bar fra albuen og ned»

Håndsmykker, påsatte negler og lange negler hindrer god håndhygiene og bør ikke benyttes av klinisk helsepersonell.

Fingerringer. 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. Fingerringene utgjør en ikke-kvantifisert risiko for kontaktsmitte som følge av den økte forekomsten av potensielt sykdomsfremkallende bakterier.

Armbåndsur og **armbånd**. Armbånds

ur vanskeliggjør god håndhygiene. Helsepersonell med armbånds

ur har langt høyere forekomst av bakterier på hendene enn helsepersonell uten armbånds

ur. Bruk av armbånds

ur fører derfor til en økt risiko for overføring av

mikroorganismer. Armbånd og andre smykker på arm nedenfor albue vil også kunne vanskeliggjøre effektiv håndhygiene, og fungere som et reservoar for mikroorganismer.

Neglelengde. Området under neglene inneholder store mengder mikroorganismer, med størst forekomst av hvite stafylokokker, Gram-negative staver (inkludert *Pseudomonas* spp.), Corynebakterier og sopp. Lange negler forhindrer god håndhygiene. Helsepersonell med lange negler (over 2mm) har ofte flere potensielt patogene bakterier på hendene enn helsepersonell med kortere negler inkludert gule stafylokokker. Lange negler gir også økt risiko for punksjon av hansker og de vanskeliggjør håndhygiene og utførelse av en rekke arbeidsoppgaver. Helsepersonell bør derfor ha korte negler (< 2 mm).

Kunstige negler og neglesmykker. Helsepersonell med kunstige negler og/eller neglepynt har hyppigere forekomst av potensielt patogene bakterier på hendene, både før og etter utført håndhygiene. Det finnes en rekke studier som viser sammenheng mellom utbrudd med Gram-negative bakterier (inkludert *Pseudomonas* spp.) og sopp, og helsepersonell med lange negler og/eller kunstige negler. Helsepersonell bør derfor ikke ha kunstige negler eller neglesmykker.

Les mer om håndsmykker, negler og arbeidsantrekk i den [nasjonale veilederen for håndhygiene](#).

3.5 Innsatsområde 3c – Hudpleie

Hel og sunn hud på hendene er en viktig forutsetning for effektiv håndhygiene. Tørr hud, sår eller eksem på hendene gir økt risiko for kolonisering med sykdomsfremkallende bakterier.

God hudpleie er derfor en viktig forutsetning for effektiv håndhygiene.

Hyppig håndvask forårsaker systematisk reduksjon av fettlaget i de dypere lag i huden. Skadet og irritert hud har reduserte barrierefunksjoner og økt risiko for kolonisering med potensielt sykdomsfremkallende bakterier. Hudreaksjoner fører derfor til økt risiko for kontaktsmitte. God hudpleie med regelmessig bruk av hudpleieprodukter forebygger utviklingen av kontaktdermatitt. Hudkremer inneholder ofte mykgjørende stoffer, fett og oljer som re-etablerer hudfuktigheten og hudens barrierefunksjoner.

Les mer om huden på hendene og hudreaksjoner i den [nasjonale veilederen for håndhygiene](#).

4. HÅNDHYGIENEDAGEN 5. MAI PÅ SOSIALE MEDIER

Følge oss på vår nyopprettede Facebookside ([Folkehelseinstituttet – håndhygiene i helsetjenesten](#))! Her kan dere holde dere oppdatert om fremdriften mot 5. mai, nyheter innen håndhygiene og nytt materiell. Del også gjerne egne bilder fra 5. mai markeringene på siden.

Legg gjerne ut bilder fra markeringen på andre sosiale medier med emneknaggen #håndhygiene2019

Inspirer og la dere inspirere!