

- ett informationsblad från Vårdhygien för kommunal vård och omsorg

Tema:
Save lives - clean your hands
Rena händer räddar liv



Save Lives – clean your hands

Handhygien är ett av de viktigaste områden att förhindra smittspridning.

Vi tänkte tipsa om WHO's årliga handhygiendag, **"Rena händer räddar liv"**, den 5 maj som är en global kampanj för arbetet att förbättra handhygien.

För dig som vill hjälpa till att uppmärksamma dagen finns information och affisch här: [Handhygiendagen 5 maj - Rena händer räddar liv](#)

Varför är det viktigt med rena händer inom vård och omsorg?

Många sjukdomar sprids via kontaktsmitta alla vård och omsorgsmoment. Gäller genom exempelvis rena händer. Genom att använda handsprit och/eller tvätta händerna kan du undvika smittspridning.

Handhygien är en del av basala hygienrutiner och en av de viktigaste åtgärderna för att förebygga vårdrelaterade infektioner och smittspridning. God handhygien är också av mycket stor betydelse för att motverka antibiotikaresistens.

Läs mer här- [Handhygien - Vårdhandboken](#) Efter handtvätt ska du alltid desinfektera händerna.

Handdesinfektion

Handsprit används innan och efter vid direkt och indirekt vård och omsorgsarbete samt vid allt vårdrelaterat arbete.

Flytande tvål och vatten används:

- När du varit i kontakt med vårdtagare som kräcks eller har diarre eller vid vård av magsjuka.
- När dina händer är smutsiga eftersom handsprit inte tar bort smuts.
- När du ska hantera livsmedel.

Våren 2026 – hygienombud

Fortsättningsutbildning hygienombud SÄBO

- 21 april Karlskoga
- 23 april Lindesberg

Fortsättning utbildning hygienombud inom hemtjänst eller hemsjukvård:

- 5 maj Lindesberg
- 6 maj Karlskoga

Utbildningar i Örebro är genomförda tidigare under våren

Digital träff hygienombud:

- 26 maj 14.00 – 15.00
- Obs! Du behöver ha inbjudan digitalt för att delta.

Du hittar inbjudningar här:

[Välfärd och folkhälsa • regionorebrolan.se](#)

Hösten 2026 - save the date:

Grundutbildning hygienombud

- 13 okt Karlskoga
- 20 okt Lindesberg
- 8 dec Örebro

Digital träff hygienombud

- 10 nov kl. 14 – 15

Digital utbildning chefer inom kommunal vård och omsorg teoretisk och praktisk genomgång av VEK – Vårdhygienisk egenkontroll

- 3 eller 5 nov

Inbjudningar skickas ut via chefer samt laddas upp här:

[Välfärd och folkhälsa • regionorebrolan.se](#)