

# Hygienrutiner under Coronapandemin

## – checklista personlig assistans

### Personligt ansvar

Du är skyldig att vidta försiktighetsåtgärder för att skydda dig själv och andra mot spridning av covid-19. Du ska hålla dig informerad om särskilda rekommendationer från Folkhälsomyndigheten och den regionala smittskyddsläkaren. Du ska visa hänsyn till dina medmänniskor, vilket är särskilt viktigt i förhållande till personer i riskgrupper.

### På väg till jobbet

- Tänk på att hålla avstånd till andra.
- Om du kan-undvik offentliga transporter.
- Om du måste resa i rusningstrafik/trängsel- använd munskydd enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

### När du kommer till jobbet

- Tvätta dina händer (ta av ev smycken och klocka) och ta handdesinfektion direkt när du kommer till din arbetsplats.
- Sätt upp hår, skägg eller huvudbonad.
- Tvätta dina händer igen och ta handdesinfektion.

### Under arbetsdagen

- Sprita dina händer före och efter varje vård- och omsorgsmoment.
- Använd skyddshandskar vid vård- och omsorgsmoment som innebär risk för att händerna kommer i kontakt med kroppsvätskor.
- Byt dina skyddshandskar mellan varje vård - eller omsorgsmoment.
- Använd INTE handdesinfektion utanpå skyddshandskar.
- Följ de rutiner som finns på din arbetsplats och fråga din chef när du behöver det.
- Även om du använder personlig skyddsutrustning ska du alltid följa dessa hygienrutiner.

### På väg hem

- Tvätta dina händer och ta handdesinfektion innan du lämnar arbetsplatsen.
- Tänk på att hålla avstånd till andra.
- Om du kan-undvik offentliga transporter.
- Om du måste resa i rusningstrafik/trängsel- använd munskydd enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer.