

## Introduktionsprogram til forebyggelse af urinvejsinfektion hos beboere på plejehjem.

Bruges i forbindelse med nedre hygiejne, bleskift og toiletbesøg.

Medarbejder i oplæring:

Supervisor:

Urinvejsinfektion hos ældre på plejehjem er en almindelig infektion, som i mange tilfælde kan forebygges.

At passe ældre på plejehjem omfatter ofte plejeopgaver relateret til anogenital hygiejne, bleskift og hjælp til toiletbesøg. Uddannede sundhedspersonale udfører ofte den slags plejeopgaver. At bidrage til at forebygge urinvejsinfektion kræver viden, træning og færdigheder.

Dette program er udviklet som en hjælp til både den, der tager sig af introduktionsopgaven, og den, der modtager introduktionen.

**På side 1** finder du en liste over de overordnede betingelser, der skal være opfyldt for at udføre plejeopgaverne på den rigtige måde at forebygge urinvejsinfektion.

**På side 2** finder du instruktioner vedrørende anogenital hygiejne, bleskift og hjælp til toiletbesøg.

**På side 1 og 2** er det muligt at markere, hvornår formidlingen og opførelsen er godt gennemført.

**På side 3 og 4** finder du baggrundsmateriale til brug for yderligere forklaring af hvert emne.

<b>Håndhygiejne: hånddesinfektion og håndvask</b> Skal udføres umiddelbart før og umiddelbart efter alle plejeopgaver i forbindelse med nedre hygiejne, bleskift, hjælp til toiletbesøg - og efter brug af engangshandsker. Kan være hånddesinfektion eller håndvask.	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
<b>Betingelser for god håndhygiejne</b>		
a. Korte negle uden neglelak og kunstige negle. b. Hænder og håndled uden smykker (inklusiv vielsesring), ur og bandage. c. Korte ærmer (over albuen).		
<b>Hånddesinfektion</b>		
a. Udføres, når hænderne er synligt rene og tørre. b. Brug en tilstrækkelig mængde alkoholbaseret håndsprit til at holde hænderne fugtige i 20-30 sekunder, mens du gnider hænderne mod hinanden. c. Håndvask skal altid efterfølges af hånddesinfektion.		
<b>Håndvask</b>		
a. Skal udføres, når hænderne er forurenet (f.eks. afføring, urin), eller når de er våde eller fugtige efter brug af engangshandsker. b. Håndvask skal altid efterfølges af hånddesinfektion.		
<b>Værnemidler</b>	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
a. Brug engangshandsker og engangsforklæde i forbindelse med nedre hygiejne og ved bleskift.		
<b>Udstyr</b>	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
a. Brug et rent arbejdsområde. b. Brug rent udstyr som vaskeklude, håndklæde, håndvask, urinkelbe, intimsæbe, affaldspose, pose til vasketøj.		

<b>Nedre hygiejne</b> <b>Udfør nedre hygiejne mindst én gang om dagen</b>	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kvinde:               <ul style="list-style-type: none"> <li>» Vask i retning fra urinrørsåbningen - indefra og ud. Brug en ny vaskeklud for hver vask. Skyl sæben af.</li> <li>» Vask resten af området. Vask mod anus. Brug en ren vaskeklud for hvert strøg. Skyl sæben af.</li> <li>» Tør huden godt.</li> </ul> </li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mand:               <ul style="list-style-type: none"> <li>» Træk forsigtigt forhuden tilbage.</li> <li>» Vask glans penis i retning fra urinrørsåbningen - indefra og ud, brug en ny vaskeklud for hver vask. Skyl sæben af.</li> <li>» Vask resten af penis og pungen. Vask mod anus. Brug en en vaskeklud for hvert strøg. Skyl sæben af.</li> <li>» Træk forsigtigt forhuden tilbage på plads.</li> <li>» Tør huden godt.</li> </ul> </li> </ul>		
<b>Skift af ble</b>	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skift ble mindst 3 gange om dagen.</li> <li>• Forsøg at skifte bleen så hurtigt som muligt efter vandladning.</li> <li>• Vask huden i bleområdet, når der skiftes ble.</li> <li>• Vælg den rigtige størrelse ble.</li> </ul>		
<b>Toiletbesøg (blæretømning)</b>	<b>Set demonstreret</b> Dato og underskrift	<b>Udført</b> Dato og underskrift
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forsøg at få beboeren til at bruge toilettet (når beboerens fysiske og mentale tilstand muliggør det).               <ul style="list-style-type: none"> <li>» Sørg for beboeren sidder godt, når blæren skal tømmes.</li> <li>» Brug tilstrækkelig tid</li> </ul> </li> </ul>		

**IMAGINE**





# BAGGRUNDSMATERIALE

Håndhygiejne (hånddesinfektion eller håndvask efterfulgt af hånddesinfektion) er kernen i effektiv infektionsforebyggelse. Derfor er det vigtigt at udføre håndhygiejne på den rigtige måde og på det rigtige tidspunkt i forhold til at forebygge urinvejsinfektioner.

## Betingelser for god håndhygiejne

Smykker, kunstige negle, neglelak og lange ærmer forhindrer en god håndhygiejne, da de er reservoirer for mikroorganismer. Efter håndhygiejne vil mikroorganismer fra disse genstande stadig være tilsted og kan overføres mellem personer.

## Desinfektion af hænder

Håndhygiejne skal udføres umiddelbart før og umiddelbart efter alle plejeopgaver i forbindelse med nedre hygiejne, bleskift og hjælp til toiletbesøg.

I de fleste tilfælde er hånddesinfektion førstevalg. Hånddesinfektion udføres på synligt rene og tørre hænder. Undersøgelser har vist, at man skal gnide hænderne mod hinanden i 20-30 sekunder for at dræbe de fleste mikroorganismer.

## Håndvask

Vask hænder, når de er blevet forurenede med humant materiale (f.eks. afføring, urin), når de er våde, og når du har fugtige hænder efter brug af engangshandsker. Vask hænder i mindst 20 sekunder.

Håndvask skal altid efterfølges af hånddesinfektion.

## Værnemidler

Når man hjælper en beboer med nedre toilette, bleskift og toiletbesøg er der risiko for, at hænder og arbejdstøj bliver forurenede med afføring og urin.

Start proceduren iført engangshandsker og engangsforklæde, og tag dem af, så snart du er færdig med plejeopgaven.

Betragt altid urene engangshandsker som en smittekilde på linje med urene hænder uden handsker.



## Udstyr

Før disse plejeopgaver udføres, er forberedelsen vigtig. Værnemidler og andet udstyr skal placeres på et rent arbejdsområde i nærheden af beboeren (f.eks. en hylde eller et procedurebord). Ved at bruge et område, der er let at rengøre, minimerer man overførslen af mikroorganismer til beboeren.

Mange slags mikroorganismer kan overleve på overflader og materialer, især når de er fugtige. Derfor er det vigtigt at bruge rent udstyr, som er vasket på den rigtige måde, eller ubrugte engangsudstyr. Brug af affaldsposer og poser til vasketøj i nærheden af plejeopgaven er en god måde at forhindre forurening af omgivelserne med mikroorganismer fra det brugte udstyr og beboernes urene tøj og sengetøj.

## Nedre hygiejne

De fleste urinvejsinfektioner er forårsaget af bakterier fra personens egen tarm eller fra det anogenitale hudområde. Det er vigtigt at udføre nedre hygiejne på den rigtige måde og i den rigtige retning for at undgå, at disse bakterier overføres til urinvejene. Det gælder både for kvinder og mænd.

## Skift af ble

Mange ældre på plejehjem lider af urininkontinens, og derfor bruger de ble. Det er velkendt, at urininkontinens er forbundet med en øget risiko for at udvikle urinvejsinfektion. Det er også velkendt, at antallet af bakterier øges, når de befinder sig i et varmt og fugtigt miljø. Derfor anbefales det at skifte bleen så hurtigt som muligt, efter at bleen er blevet våd af urin eller forurenet med afføring - og mindst 3 gange om dagen.

Bleen skal være så lille som mulig men så stor som nødvendigt.

## Toiletbesøg (blæretømning)

Resturin er den mængde urin, der bliver tilbage i blæren efter vandladning. Resturin giver en øget risiko for at udvikle urinvejsinfektion, da resturin resulterer i, at antallet af bakterier øges. Måden og tiden, en person sidder på toilettet på, gør en forskel for evnen til at tømme blæren. Derfor er det vigtigt, at personalet bidrager til, at det lykkes. Skab kontakt mellem benene og gulvet, f.eks. med en skammel. Hjælp med fysisk rolig tilstedeværelse for at optimere følelsen af tryghed og behovet for tid til at tømme blæren.

## References

- World Health Organization. Infection prevention and control. Hand hygiene. Geneva: World Health Organization; 2020.
- Omli R, Skotnes LH, Romild U, Bakke A, Mykletun A, Kuhry E. Pad per day usage, urinary incontinence, and urinary tract infections in nursing home residents. *Age Ageing*. September 2010;39(5):549–54.
- Chenoweth CE, Gould CV, Saint S. Diagnosis, management, and prevention of catheter-associated urinary tract infections. *National Institutes of Health*; 2013.

