

Information om Covid-19 till timvikarier, HR-bemanningsenheten

Basala hygienrutiner och klädregler (BHK)

Ett smittförebyggande förhållningssätt bland all vårdpersonal är av största betydelse för att minska andelen vårdrelaterade infektioner. Basala hygienrutiner och korrekt klädsel, det vill säga handdesinfektion, korrekt användande av skyddshandskar och skyddsförkläde/rock är hörnstenar i ett smittförebyggande förhållningssätt.

Syftet med hygien- och klädreglerna är att förhindra smittspridning. Rutinen omfattar all personal i Region Gävleborg. Rutinen finns på följande länk:

<https://www.regiongavleborg.se/samverkanswebben/halsa-var-d-och-tandvard/Patientsakerhet/fokusomraden/Basala-hygiene-rutiner/>

Ta del av och följ rutinen!

Film med instruktion om på- och avklädning finns nu på covid-19-sidan enligt följande länk: <https://vimeo.com/397133738/6a0a6e70a3>

Får vi timvikarier delta på utbildningen på KTC?

Just nu har vi begränsat med platser på utbildningen via KTC och dessa prioriterar vi för ordinarie personalen. Vi ser att det är ordinarie personalen som kommer att vårda de svårt sjuka och smittade patienterna.

Vart jag hittar information om Coronavirus, Covid-19?

- På Region Gävleborgs samverkanswebb
- På Region Gävleborgs hemsida enligt följande länk: regiongavleborg.se/smittydd/covid19
- På intranätet, Plexus, som du når när du jobbar
- På Folkhälsomyndighetens hemsida enligt följande länk:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/>

- På 1177.se enligt följande länk: [Information till allmänheten på 1177.se](https://www.1177.se/aktuella-utbrott/covid-19/)

Vem vänder jag mig till om jag vill veta mer om vad som gäller där jag är nu?

Du kan fråga dina kollegor eller vårdenhetschef som arbetar på den avdelning där du arbetar.

Du kan kontakta visstidsbemanningen enligt nedan:

Öppet vardagar 6.45-18.00, helger och röda dagar 6.45-16.00

Telefon: 0650-290 10

Mail: visstidsbemanningen@regiongavleborg.se

Information från Folkhälsomyndigheten

Nedanstående information är hämtad från Folkhälsomyndighetens webbplats under frågor och svar. Bra information som uppdateras löpande.

Vad är Coronavirus, covid-19

Det finns ett stort antal virus som tillhör coronavirusfamiljen, de flesta finns hos olika djurarter. Endast ett fåtal virustyper kan smitta mellan djur och människor. Det finns idag sju coronavirus som kan smitta och ge upphov till sjukdom hos människor. Fyra av dessa virus är vanliga och orsakar förkylning. Varianterna sars- och mers-coronavirus orsakar betydligt allvarligare luftvägssjukdom. I slutet av 2019 upptäcktes ett nytt coronavirus i Kina som kan smitta människor. Sjukdomen som det nya viruset ger upphov till kallas covid-19.

Vilka symtom är det på covid-19?

De symtom som rapporterats är framförallt feber och hosta. Även andningspåverkan, halsont, huvudvärk, muskel- och ledvärk är vanliga symtom. De flesta får lindriga besvär som går över av sig själv med egenvård i hemmet. En del blir allvarligt sjuka med exempelvis andningssvårigheter och lunginflammation.

Inkubationstiden bedöms vanligtvis vara 2–14 dagar innan sjukdom bryter ut och de flesta insjuknar efter ca 5 dagar. Enstaka fall kan möjligen avvika från dessa mönster.

Det är mycket viktigt att stanna hemma när man känner sig sjuk. Om man inte klarar sig med egenvård i hemmet ska man ringa telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning.

Vad skiljer covid-19 från säsongsinfluensa?

Det är svårt att jämföra en helt ny sjukdom, exempelvis covid-19, med säsongsinfluensa. Sammanfattningsvis kan man säga utifrån vad vi vet idag, att de liknar varandra i att båda hos en andel av de sjuka kan ge en mycket allvarlig sjukdom.

Däremot kommer covid-19 drabba betydligt fler i en befolkning där den sprider sig. Den snabba och breda smittspridningen beror på att ingen i befolkningen har hunnit utveckla immunitet mot denna nya virusvariant. Man kommer att se fler sjuka och fler som behöver sjukhusvård.

Säsongsinfluensa som återkommer varje år, har däremot cirkulerat i samhället under en lång tid. Därför har skyddet mot olika varianter influensavirus kunnat byggas upp i befolkningen.

Hur smittar covid-19?

Coronaviruset som orsakar sjukdomen covid-19 smittar i första hand genom kontakt med droppar och sekret från luftvägarna. Överföring av droppar och sekret kan ske direkt från hostningar och nysningar, så kallad droppsmitta, eller vid kontakt mellan personer, så kallad direkt kontaktsmitta.

Det är fortfarande oklart om så kallad indirekt kontaktsmitta, det vill säga spridning via droppar som landat på ytor eller föremål, har någon betydelse för spridning av covid-19.

Genom att tvätta händerna och undvika att röra vid ansiktet samt att undvika nära kontakt med sjuka människor minskar risken för smitta.

Hur skyddar jag mig själv och andra?

En allmänt förebyggande åtgärd mot luftvägsinfektioner är att undvika att röra vid ansiktet eller ögon samt att undvika nära kontakt med sjuka människor.

Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten, före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.

Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.

Stanna hemma när du är sjuk för att undvika att smitta människor på bussen, ditt arbete eller där du är nära andra.

Med vänlig hälsning

Eva Lassander

Enhetschef HR-Bemanningsenheten