

HMS - forebygging av hudskader ved bruk av personlig beskyttelsesutstyr

Gjelder for: Hele SiV
Dokumenttype: Retningslinje
Sist endret: 26.01.2023

1. HENSIKT

Forebygging av hudskader ved bruk av personlig beskyttelsesutstyr.

2. ANSVAR

Seksjonsleder har ansvar for å gjøre retningslinjen kjent og at det foreligger relevante produkter for forebygging av hudskader hos helsepersonell.

3. FREMGANGSMÅTE

3.1 Beskyttelse av huden mot fuktighet og endringer av hudens pH

- Vurder bruk av barriereprodukter hvis du bruker personlig beskyttelsesutstyr i lengre perioder. Barriereproduktene vil beskytte først og fremst mot friksjon, men også mot trykk fra masken. Kan også brukes forebyggende.
- Kontroller at barriereproduktet ikke bygger for mye under masken, slik at masken fortsatt er tett rundt kantene.
- Huden kan beskyttes ved hjelp av et fettriakt hudpleieprodukt eller barrierefilm. Velg *enten* fettholdige hudpleieprodukter *eller* barrierefilm.
- Hvis det benyttes trykkfordelende bandasje skal det ikke benyttes fettholdige hudpleieprodukter, da de vil hindre at bandasjen fester seg på huden. Du kan bruke barrierefilm under skumbandasje med klebekant hvis huden blir sår når bandasjen byttes. Det tar 72 timer før hudfilmen er borte fra huden.

3.2 Trykkfordelende produkter til ansiktet

- Bruk et relativt tynt materiale som polstring slik at masken er tett.
- Barrierefilm kan benyttes for å få polstringsproduktene til å sitte bedre. Unngå bruk av fettholdig krem eller sminke på ansiktet før påføring av barriereprodukter.
- Som avlastende produkter under masker anbefales følgende:
 - Silikontape
 - Ekstra tynne skumbandasjer med silikonbelegg
 - Skumbandasje med klebekant av silikon. For å dekke over sår på huden
 - Hydrokolloider
- For polstring i panneområder, over og bak ørene kan tykkere polstringer benyttes, da disse områdene ikke berører kanten av masken. Her kan du bruke produkter som nevnt ovenfor. I tillegg kan også flerlags tynne skumbandasjer med klebekant av silikon benyttes hvis det er blitt sår på huden.
- Husk å fjerne bandasjen hver gang som en del av avkledningsprosessen. Dette for å hindre smittespredning. Bandasjer av skummateriale fordampner noe av væsken fra huden, men bandasjen er virus- og bakterietett.

3.3 Produkter som egner seg til å beskytte ansiktet ved bruk av maske eller visir

Beskyttelse rundt masker

Produkttype	Produkter	Artikkelnummer
Hudbarriereprodukter	Sillesse Sting Free Barrier ¹ (spray)	10209919
	Cavelon barrierefilm applicator 1 ml	10034868
Silikontape	Mepitac tape (2 cmx3 m)	239800
Ekstra tynne skumbandasjer	Mepilex Lite (6x8,5 cm)	10034943
	Mepilex Transfer (7,5x8,5 cm)	10034941
	Allevyn gentel border lite (5x5 cm)	10034997
Hydrokolloidbandasje	DuoDerm hydrocolloid Extra Thin (5x5 cm)	10146869

Beskyttelse i pannen og bak ører

Her anbefales også bruk av barriereprodukter på huden som første valg. Alle produktene som er nevnt over kan brukes her, men da disse områdene ikke berører kanten av masken, kan man også velge tykkere produkter.

Produkttype	Produkter	Artikkelnummer
Flerlags skumbandasjer med silikonbelegg	Allevyn Border lite skumbandasje med	10146853
	Aquacel Hydrofiberbandasje (5x5 cm)	
	Aquacel Foame Adhesive (8x8cm)	10146845

3.4 Beskyttelse av hendene

- Vask hendene så sjelden som mulig, men så ofte som nødvendig.
- Bruk en beskyttelseskrem eller en barrierekrem. Merk at noen av dem vil hemme virkningen av andre produkter som smøres på huden.
- Bruk håndsåpe med lav pH.
- Prøv alternative håndvaskemidler som vaskekrem, håndsprit eller superoksiderte væsker.
- Bruk beskyttelseshansker.
- Smør hendene med en lett, vannholdig krem eller en lotion mange ganger i løpet av arbeidsdagen.
- Smør hendene med fettholdige produkter på kvelden.
- Kortisonkrem eller -salve kan brukes for å dempe inflammasjonen i de verste periodene. Disse bør smøres på om kveldene slik at de får lang nok tid til å virke.

3.5 Om trykkskader oppstår hos personell

- Sikre trykkavlastning i størst mulig grad, dvs. ikke bruk det utstyret som medfører trykkskade så langt det lar seg gjøre.
- Vurder bruk av silikontape, skumbandasje eller hydrokolloid bandasje for beskyttelse av huden over trykk- og friksjonsutsatte områder, men det må sikres at masken er tett.
- Trykksår forårsaket av medisinsk utstyr skal meldes i sykehusets avvikssystem som ansatthendelse. Benytt kategoriseringen Fysisk arbeidsmiljø → e) Annet fysisk arbeidsmiljø.

4. GENERELT

Type hudskader:

- Skader forårsaket av trykk. Trykk gir noen skader på hudens overflate, men kan også gi skader dypere i huden. Trykkrelaterte skader forårsakes, i denne sammenhengen, av beskyttelsesbriller, visir og ansiktsmasker.
- Skader på hudens overflate forårsaket av fuktighet, pH-endringer, hyppig bruk av såpe og vann, friksjon og okklusjon. Disse skadene har en mer blandet

¹ Sillesse barriere applikator er ikke på avtale. Kan bestilles hos Convatec.

årsakssammenheng. Også her har hudstatus før beskyttelsesutstyret tas i bruk betydning.

Generelle forebyggende råd

- Alt som kan redusere hudens evne til å håndtere belastningen av beskyttelsesutstyret, bør unngås i denne perioden (sterke vaskemidler, sminke og mye sollys).
- Bruk fuktighetskrem for å fukte tørr hud og redusere fare for hudskade. Påfør fuktighetskrem minst 60 minutter før du tar på beskyttelsesutstyr.
- Sørg for tilstrekkelig væskeinntak.
- Inspiser huden regelmessig og se etter rødhet/sårhet.
- Unngå for lange sammenhengende perioder med beskyttelsesutstyr, ikke mer enn 4-6 timer om gangen, hvis det er gjennomførbart.
- Ta deg tid til å tilpasse masken og pass på at den ikke strammer for mye.
- Skift jevnlig beskyttelsesutstyr som gir trykk. Ulike varianter gir ulikt trykk.

For ytterligere informasjon, se retningslinje [Forebygging av trykksår hos voksne pasienter \(> 18 år\)](#).

5. INTERNE REFERANSER

- | | |
|---------------------------|---|
| 1.4.5.5 | HMS - beskytt deg mot trykksår når du bruker maske og briller |
| 1.7.5.5.2 | Forebygging av trykksår hos voksne pasienter (> 18 år) |

6. EKSTERNE REFERANSER

[NHS: Helping prevent facial skin damage beneath personal protective equipment. 9 April 2020](#)

[Langøen, A., Landmark, I. S. og Günther, B. E.: Covid-19: Helsepersonell får hudproblemer av beskyttelsesutstyret. Sykepleien 2020 108](#)
[Journal of Tissue Healing and Regeneration: PRPPE Guideline Covid-19](#)

7. VEDLEGG

