

Egenkontroll I hälsoskyddet

Hälsoskyddslagen förpliktigar verksamhetsutövarna till egenkontroll. Med egenkontroll avses kännedom om den egna verksamheten och dess risker och riskhantering. I egenkontroll enligt hälsoskyddslagen fokuserar man på risker som orsakar sanitära olägenheter. Egenkontrollen gäller alla verksamhetsutövare som är föremål för hälsoskyddets kontroll från läroanstalter till enskilda företagare inom skönhetsbranschen.

Den här anvisningen innehåller en inledning i riskbedömningen av de sanitära olägenheterna samt verksamhetsspecifika exempel. Anvisningen gäller inte anläggningar eller verksamhetsutövare som levererar hushållsvatten eller simbassänger som omfattas av regelbunden tillsyn. Anvisningarna för säkerställandet av kvaliteten i hushållsvattnet och bassängvattnet samt deras riskbedömning finns på annan plats.

VERKSAMHETSUTÖVAREN ÄR SKYLDIG ATT

1. Identifiera de risker som anknyter till verksamheten
2. Följa upp faktorer som inverkar på riskerna
3. Förhindra att sanitära olägenheter uppstår

Innehåll

VEM SKA UTFÖRA EGENKONTROLL?	3
HÄLSOSKYDDSMYNDIGHETEN ÖVERVAKAR HUR EGENKONTROLLEN FÖRVERKLIGAS	3
EGENKONTROLLEN ÄR EN STÄNDIG UPPFÖLJNING OCH UTVECKLING AV VERKSAMHETEN	4
RISKBEDÖMNING	5
INNEHÅLLET I EGENKONTROLLEN	6
DET LÖNAR SIG ATT UTNYTTJA FÄRDIGT MATERIAL	7
EXEMPEL PÅ SAKER SOM SKA BEAKTAS I EGENKONTROLLEN	7
1. EXEMPEL: Hushålls- och bruksvattnet samt andra vattensystem	7
2. EXEMPEL: Inomhusluft och ventilation	8
3. EXEMPEL: Avfallshantering och avloppsvatten	9
4. EXEMPEL: Miljöns inverkan särskilt på känsliga befolknings- och riskgrupper	9
5. EXEMPEL: Särdrag i allmänna bastur	10
6. EXEMPEL: Särdrag hos daghem	10
7. EXEMPEL: Särdrag hos motionssalar	10
8. EXEMPEL: Särdrag hos inkvarteringslägenheter	11
9. EXEMPEL: Särdrag hos skönhetsalonger	11
Mer information och stödmaterial för egenkontrollen	12

Vem ska utföra egenkontroll?

Skyldigheten till egenkontroll gäller utövarna av verksamhet som inverkar på livsmiljön. Sådana är:

- offentliga inkvarteringslokaler, såsom hotell, lägenhetshotell, flyktingförläggningar
- för allmänheten öppna konditionssalar och andra motionssalar, bastur, span, simhallar, simbassänger, friluftsbad och badstränder
- undervisningsanordnare, såsom förskolor, skolor, läroanstalter, medborgarinstitut
- klubbtrymmen för barn och unga, ungdomslokaler, inomhuslekplatser
- daghem och socialvårdens verksamhetsenheter, såsom enheter för effektiverat serviceboende, barnhem
- solarier, tatueringstudior, skönhetsalonger eller annan verksamhet där man behandlar eller vårdar huden
- frisörsalonger
- samlingslokaler.

Skyldigheten till egenkontroll gäller även verksamhetsutövare som arbetar i mobila eller tillfälliga lokaler eller i sitt hem.

Hälsoskyddsmyndigheten övervakar hur egenkontrollen förverkligas

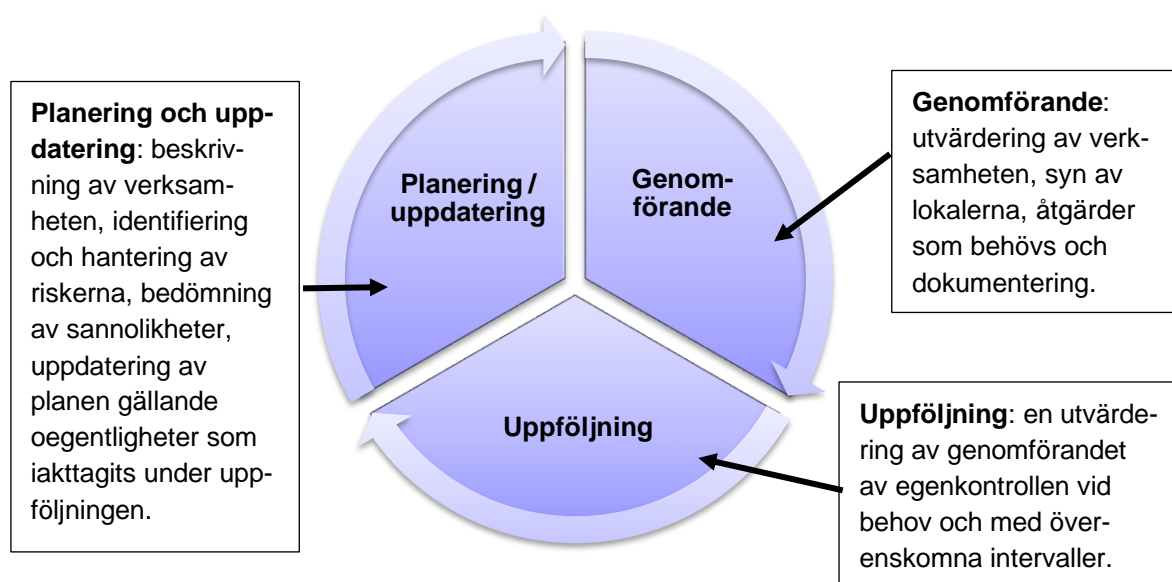
Verksamheten ska utövas så att uppkomsten av sanitära olägenheter så långt som möjligt förhindras. Hälsoskyddsmyndigheten övervakar att verksamhetsutövarna tar hand om denna skyldighet. I praktiken utvärderas verksamhetsutövarens egenkontroll samt de förhållanden som råder i verksamheten. I övervakningen fäster man bland annat uppmärksamhet vid lokalernas ventilation, temperaturförhållanden, buller och belysning samt kemiska och biologiska utsläpp som tar sig in i inomhusluften från konstruktionerna och verksamheten samt vid hygien. Tillräckligheten och lämpligheten hos lokalerna och deras egenskaper beror bland annat på antalet personer som vistas i lokalerna.

Hur egenkontrollen fungerar granskas som en del av den planliga tillsynen samt i fall där myndigheten har skäl att misstänka att verksamheten orsakar sanitära olägenheter. Verksamhetsutövaren ska kunna bevisa hur riskerna som påverkar verksamheten har identifierats, hur deras allvarighet har bedömts och vilka metoder för att hantera riskerna verksamhetsutövaren och personalen har infört.

Egenkontrollen är en ständig uppföljning och utveckling av verksamheten

Till en fungerande egenkontroll hör en ständig utvärdering av verksamheten och dess risker. Utöver identifieringen av riskerna uppskattas deras sannolikhet. Risker som observeras i verksamheten och korrigerande åtgärder bör antecknas, alltså bör man utarbeta en plan för egenkontroll. Dokumenten och verksamhetssätten kopplade till egenkontrollen uppdateras. Planen för egenkontroll korrigeras om det behövs i samband med uppföljningen.

Bild 1: Egenkontrollen är en systematisk och kontinuerlig uppföljning och utvärdering av verksamheten som verksamhetsutövaren själv utför.



Miljötjänsterna rekommenderar att planen för egenkontroll görs skriftligt. En plan för egenkontroll som är skriftlig är till nytta för verksamhetsutövarna då de ordnar sin verksamhet och upprätthåller kvaliteten i förhållandena. Den är ett bra verktyg för handledningen av ny personal och i utvecklingen av verksamheten. Dessutom är det lätt att med planen visa för hälsoskyddsmyndigheterna de saker som krävs av egenkontrollen.

- Till en fungerande egenkontroll hör en ständig utvärdering av verksamheten och dess risker.
- Helsingfors stads hälsoskyddstillsyn rekommenderar att en skriftlig plan för egenkontroll utarbetas.
- Planen för egenkontroll kan ha en fri form.
- Planen för egenkontroll förvaras åtkomlig för hela personalen.
- Dokument och praxis ska hållas uppdaterade.

Riskbedömning

Egenkontrollen baserar sig på kännedom om den egna verksamheten och på att identifiera riskfaktorer kopplade till den och på en riskhantering. I det här sambandet avses med risker ett förhållande eller en faktor som orsakar sanitär olägenhet. Exempel på sådana här förhållanden och faktorer ges senare i anvisningen. Identifiering och uppföljning av risker förebygger som bäst sanitära olägenheter. Det räcker dock inte enbart med att identifiera riskerna utan man bör även identifiera riskernas storlek eller risknivå, som är obetydlig, tolerabel, måttlig, betydande och outhärdlig risk. Tabell 1 kan användas som hjälp för att utvärdera risknivån. I fastställandet av risknivån beaktas de möjliga skadliga följder som risken orsakar samt sannolikheten för att risken realiserar.

Tabell 1. Risknivå utifrån allvarligheten hos händelsens följder och sannolikheten för att den förekommer (Källa: Arbetshälsoinstitutet)

FÖREKOMST	FÖLJDER		
	Ringa	Skadliga	Allvarliga
Osannolik	Obetydlig risk	Tolerabel risk	Måttlig risk
Möjlig	Tolerabel risk	Måttlig risk	Betydande risk
Sannolik	Måttlig risk	Betydande risk	Outhärdlig risk

Om till exempel riskens förekomst är möjlig och risken har allvarliga följder om den realiserar är riskens storlek då betydande. Men om risken är möjlig och följderna endast uppskattas vara ringa, faller riskklassen ner och är tolerabel. Tabell 2 nedan kan användas som hjälp för att fundera på vad man bör göra med olika stora risker eller om risken överhuvudtaget kräver åtgärder.

Tabell 2. En enkel åtgärdsplan baserad på risken (redigerad utifrån källan: Arbetshälsoinstitutet)

RISK	ÅTGÄRDER OCH TIDSPERIOD
Obetydlig risk	Inga åtgärder eller anteckningsdokument behövs.
Ringa	Förebyggande åtgärder behövs inte. Man borde dock överväga bättre lösningar eller förbättringar.
Måttliga	Man bör vidta åtgärder för att förminska risken och åtgärderna ska genomföras inom en utsatt tid.
Betydande	Verksamheten får inte inledas innan risken har minskats.
Outhärdlig	Verksamheten får inte inledas eller fortsättas innan risken har minskats. Om det inte är möjligt att minska risken ens med obegränsade resurser måste verksamheten vara permanent förbjuden.

Efter att man fastställt risknivån ska man bestämma hur de identifierade riskerna kan minskas och genom vilka åtgärder man hanterar riskerna. Genomförandet av de åtgärder som bestäms utifrån riskbedömningen följs upp och situationen utvärderas på nytt senare. Riskbedömningen görs alltid på nytt då förhållandena eller verksamheten betydligt förändras.

Innehållet i egenkontrollen

I egenkontrollplanen ska man beskriva verksamheten och dess hälsorisker samt förebyggandet av dem. Det är viktigt att identifiera just den egna verksamhetens och verksamhetsmiljöns risker och känna de bestämmelser och rekommendationer som gäller dem. Nedan ges exempel på saker som kan ingå i planen för egenkontroll. Beroende på verksamhet behöver egenkontrollen nödvändigtvis inte behandla alla punkter. På motsvarande sätt kan det utifrån verksamheten i fråga vara nödvändigt att även behandla sådant som saknas i den här anvisningen.

Egenkontrollen kan till exempel bestå av följande helheter:

1. Verksamhet

Beskrivning av verksamheten och lokalerna

- Lokalerna och verksamheten eller servicen i dem
- Tiderna för verksamheten
- Personantal, till exempel kunderna, personalen, lokalernas största personantal på en gång
- Antal och placering av toalettstolar och vattenkranar
- Städning och tvätt
- Fastighetsskötsel
- Avfallshantering
- Utrustning som används i verksamheten
- Rengöring och sterilisering eller desinficering av maskiner och arbetsredskap
- Rengöring och desinficering av ytor

Sanitära förhållanden i lokalerna

- Fysikaliska förhållanden, bl.a. ventilation, värmeförhållanden, buller, belysning, vatten
- Kemiska och biologiska förhållanden, bl.a. konstruktionernas och verksamhetens kemiska och mikrobiologiska effekter på inomhusluften, partikelföroreningar i inomhusluften.

2. Riskfaktorer i verksamheten

- Läge och miljö
- Känsliga befolknings- och riskgrupper, såsom barn och äldre, stora personantal
- Verksamheter där en eventuell hälsorisk ingår
- Möjlighet att hålla ytorna och lokalerna rena
- Skadedjur och skadeinsekter
- Förändringar i verksamheten och lokalerna
- Renoveringsbehov i lokalerna
- Hushållsvatten och bruksvatten.

3. Förebyggande av riskfaktorer

- Verksamhet samt lokalernas tillräcklighet och lämplighet med tanke på verksamheten
- En aktuell utredning över lokalernas eller byggnadens skick har gjorts
- Personalens anvisningar och introduktion (till exempel hur personalen introduceras i arbetet, är arbets- och verksamhetsanvisningarna uppdaterade och till allas påseende)
- Handledningen av kunderna

- Samarbete och kommunikation mellan intressegrupper (är de viktigaste kontaktuppgifterna lätta att hitta)
- Uppföljning av funktionsdugligheten hos den utrustning som används i verksamheten
- Agerande i fall av problem med inomhusluften och när det finns skäl att misstänka sådana problem
- Beredskap för epidemier och andra störningar
- Bekämpning av skadedjur
- Underhåll, uppföljning och dokumentation av lokalerna:
 - Underhållet, städningen, ordningen och hygien i lokalerna: plan för städningen och uppföljning av förverkligandet av den, anvisningar för textilvården, renheten hos verktygen som används i arbetet.
 - Fastighetsskötsel: underhållsplaner för fastigheten och den tekniska utrustningen; sotning och rengöring av ventilationsapparaterna, reparationer av lokalerna och deras funktionalitet.

Det lönar sig att utnyttja färdigt material

I utarbetandet av egenkontrollplanen lönar det sig att utnyttja de dokument som finns. Sådana här dokument är till exempel fastighetens felanmälningar, reparationer av felen och information om reparationerna samt städplaner, säkerhetsdokument och egenkontrollen för privata producenter av socialtjänster. I planen för egenkontroll kan man hänvisa till övrigt material eller så kan dokumenten bifogas till en del av planen för egenkontroll. Då de dokumenterade åtgärderna finns i planen för egenkontroll kan de utnyttjas på ett och samma ställe.

Exempel på saker som ska beaktas i egenkontrollen

I den här anvisningen har vi samlat exempelrisker som gäller en del verksamheter samt allmänna risker som gäller exempelvis hushållsvattnet och inomhusluften. Varje verksamhet och lokal är dock unik så verksamhetsutövaren ska fundera på just riskerna kopplade till sin verksamhet och verksamhetsmiljö och hur de kan hanteras. Exempelen 1–4 gäller de flesta verksamheterna och exemplen 5–9 verksamheternas särdrag.

1. EXEMPEL: Hushålls- och bruksvattnet samt andra vattensystem

Vattenverket ansvarar för kvaliteten på vattnet som det levererar i vattennätet. För kvaliteten på vattnet i fastigheten och skicket på rörsystemet i fastigheten ansvarar fastighetsägaren. Vattnet ska inte användas om det har avvikande lukt, smak eller färg, eller om det misstänks ge upphov till symtom. Verksamhetsutövaren ansvarar för att observera vattenkvaliteten och -temperaturerna samt anmäla eventuella avvikelser. Vi rekommenderar att du följer upp vattentemperaturen med mätningar som en del av egenkontrollen. Om du upptäcker avvikelser i vattnet ska du kontakta disponenten samt vid behov vattenverket och hälsoskyddsmyndigheten (Helsingfors

stad, livsmedelstillsynen). Låt alltid vattnet rinna en stund innan det används som dricksvatten eller till matlagning. Det är särskilt viktigt att låta vattnet rinna om det har stått flera timmar i vattenledningen eller om vattenarmaturerna, till exempel en kran eller rören, i fastigheten är nya.

Uppvärm�t vattenledningsvatten, det vill säga bruksvatten, är avsett att användas som tvättvatten och ska inte drickas eller användas till matlagning. Kvaliteten på vattnet i fastighetens varmvattensystem försämras, eftersom temperaturen ökar upplösningen av metaller, kemikalier och ibland även skadliga lukt- och smakämnen i fastighetens vattenledningssystem och vattenarmaturer. I varmvattenberedare kan det även med tiden uppstå utfällningar som försämrar vattnets kvalitet.

Vattnets temperatur är en viktig faktor som inverkar på tillväxten av legionellabakterier. Legionellabakterier kan förökas i vatten med en temperatur på 20–45 °C. Temperaturen på varmt bruksvatten ska i nya och totalrenoverade fastigheter vara minst 55 °C och i gamla fastigheter minst 50 °C i alla vattensystem. För att förhindra uppkomsten av legionellabakterier är det bra att hålla temperaturen på det varma bruksvattnet på omkring 55–60 °C, oavsett systemets ålder. Det kalla vattnets temperatur ska vara under 20 °C för att förhindra tillväxt av legionellabakterier. Vattensystem som används lite eller ibland inte används alls är möjliga tillväxtplatser för legionellabakterier. Fastighetens samtliga vattenpunkter ska användas regelbundet, så att vattnet inte står i fastighetens vattensystem. Det är skäl att se till att fastighetens vattenledningar och -armaturer är i gott skick och fungerar som de ska.

Vattensystem där legionellabakterier kan växa är bland annat:

- hushållsvattensystem
- brukssystem för varmt vatten
- bubbelpooler och jaccuzin
- luftfuktare

2. EXEMPEL: Inomhusluft och ventilation

Faktorer som påverkar inomhusluftens kvalitet är många, såsom exempelvis damm, partiklar, kemiska orenheter och mikrober i inomhusluften. Till exempel ska radon beaktas i Helsingforsområdet och vid behov ska inomhusluftens radonhalt mätas.

Inomhusluftens kvalitet kan påverkas exempelvis genom lämplig temperatur, tillräcklig ventilation samt genom att hålla lokalerna rena och prydliga. I säkerställandet av en god inomhusluftkvalitet är det viktigt att ordna verksamheten så att man beaktar lokalernas tillräcklighet och att de används på planerat sätt. Till exempel ska ett lager endast användas som lager och inte som vistelserum. Antalet personer som samtidigt vistas i lokalen ska ställas i förhållande till för hur stort personantal man som mest kan garantera en god inomhusluft i lokalen i fråga.

Syftet med ventilationen är att avlägsna orenheter, fukt och överlopps värme från inomhusluften i vistelseutrymmen samt att se till tillgången till ren tilluft. I egenkontrollen lönar det sig att beakta exempelvis saker kopplade till rengöringen och service av ventilationsmaskinerna, såsom att regelbundet byta tilluftsfiltren samt att rengöra till- och frånluftskanalerna.

Inomhusluftsolägenheter kan man misstänka om byggnaden visar till exempel följande slags missförhållanden:

- avvikande lukt
- dålig luft
- för låg temperatur eller drag
- för hög temperatur
- synligt mögel eller spår efter fuktskador
- otillräcklig ventilation
- symptom som blir bättre eller försvinner under vistelse på andra platser (till exempel andningsvägssymtom, irriterade ögon och hud, huvudvärk, trötthet).

Vi rekommenderar att en verksamhetsmodell utarbetas för situationer där man misstänker problem med inomhusluften. Det lönar sig att utarbeta verksamhetsmodellen med fastighetsägaren. I verksamhetsmodellen är första anvisningen att kontakta fastighetsägaren eller den instans som ansvarar för underhållet (oftast disponenten) då man misstänker problem med inomhusluften. I verksamhetsmodellen ska man även beakta hur de som eventuellt lider av inomhusluftens olägenheter hänvisas till hälsovården samt kommunikationen till kunder och personal.

3. EXEMPEL: Avfallshantering och avloppsvatten

Avfallshanteringen ska oberoende av verksamheten ordnas så att avfallet inte orsakar sanitära olägenheter i något skede av avfallshanteringen. Med avfallshantering avses förvaring, insamling, transport, behandling och utnyttjande av avfall. Fastigheterna ska fästa uppmärksamhet vid bland annat placeringen och skötseln av insamlingskärl för avfall, så att de inte orsakar luktolägenheter eller andra sanitära olägenheter. Skadedjur ska även förhindras tillgång till avfallskärlen. Detta kan man göra till exempel genom att se till att avfallskärnen är hela och har lock och att tömningen sker tillräckligt ofta så att man alltid kan stänga locken. På vissa platser måste man även sörja för smittoskadliga avfall, såsom skärande och stickande avfall som ska samlas in och förvaras i kärl med varningsmarkeringar och transporteras till ändamålsenligt förstörande.

Platsen ska även ha ett fungerande och ändamålsenligt avfallsvattensystem. Avloppen och deras rengörings- och andra utrustningar ska planeras, placeras, byggas och underhållas så att avloppsvattnet inte orsakar sanitära olägenheter. Avloppsvattnet ska även hanteras så att de inte orsakar en försämring av hälsokvaliteterna i hushållsvattnet, vattnet vid en badstrand avsedd för allmänt bruk eller i jordmånen.

4. EXEMPEL: Miljöns inverkan särskilt på känsliga befolknings- och riskgrupper

Risikfaktorer kopplade till miljön kan vara bland annat livlig trafik, industriverksamhet i närheten, energiproduktion, jordbruk, jordmånen eller olika fritidsområden eller verksamheter som orsakar olika utsläpp. Vad gäller miljön bör man även beakta exempelvis avledningen av regnvatten bort från byggnaden.

Enligt undersökningar om hälsoeffekter är barn och äldre människor samt människor som lider av hjärt- och andningsorgansjukdomar de mest känsliga för trafikutsläpp och buller. Därmed bör man i riskbedömningen för vårdinrättningar för äldre och barn beakta närområdets trafikmängder. Dessutom bör man beakta att alla som använder lokalerna nödvändigtvis inte kan berätta

om missförhållanden kopplade till förhållandena, och då betonas verksamhetsutövarens roll som identifierare och förebyggare av sanitära olägenheter ytterligare.

5. EXEMPEL: Särdrag i allmänna bastur

I allmänna bastur är en risk, alltså en faktor som eventuellt orsakar sanitära olägenheter, frågor kopplade till fukt, städningen av bastun och kundernas beteende. Fukten får inte orsaka risk för växande mikrober i strukturerna, maskinerna eller på deras ytor. Verksamhetsutövaren ska fundera på hur man kan förebygga riskerna som fukten utgör. Metoder för att hantera fukt är exempelvis ventilation, torkning av bastun efter att den använts samt val av lämpliga ytmaterial. Risker kopplade till städningen kan hanteras bland annat med städanvisningar samt genom att välja rätt tvättmedel och -metoder. Bastulavarna ska vara av material som tål slitage och som är lätt att hålla rent.

Risker kopplade till kundernas beteende kan man sträva efter att minska bland annat med att ge anvisningar om hur bastun ska användas. Sådana här anvisningar är exempelvis uppmaningar att tvätta sig innan bastun och anvisningar om var smutsiga handdukar ska lämnas. Förvaringen av ren och smutsig tvätt ska ordnas så att det inte finns en risk för att de blandas ihop.

6. EXEMPEL: Särdrag hos daghem

På daghem betonas beredskapen inför epidemier samt olika saker som gäller hygien och renhållning. Att lokalerna och ytorna är lätta att hålla rena, intervallet för byte och tvätt av leksaker och sängkläder samt parasitsmittor som löss och springmask är exempel på saker som man bör fästa uppmärksamhet vid i egenkontrollen. Andra riskfaktorer som stiger fram är ofta buller, som man kan fundera på att hantera i planen för egenkontroll. Även ett tillräckligt antal toalettstolar och handtvättställ och tillgången till dem är en allmän riskfaktor på daghem. På daghem ska det finnas en toalettstol och ett handtvättställ för varje tiotal barn. Dessutom kräver arbetarskyddsmyndigheterna att personalen ska ha egna toaletter på arbetsplatserna.

7. EXEMPEL: Särdrag hos motionssalar

Riskfaktorer hos motionssalar kan vara bland annat en tillräcklig ventilation. Bristfällig ventilation kan man märka på bland annat lukt och hög temperatur där inne. Bruksförhållandena kan bäst observeras då det maximala personantalet har vistats i lokalerna tillräckligt länge. Till riskfaktorerna hör även underhåll och rengöring av de redskap och maskiner som används. Städningen av lokalerna ska ske planenligt. Att rengöra städredskapen och förvara dem korrekt är grundförutsättningar för en god hygien. Även städningen av lager och andra utrymmen planeras och schemaläggs. Beroende på var konditionssalen ligger kan riskfaktorer vara bullerolägenheter som verksamheten orsakar de närliggande bostäderna eller andra vistelseutrymmen.

8. EXEMPEL: Särdrag hos inkvarteringslägenheter

Präglade risker som kan orsaka sanitära olägenheter för inkvarteringslägenheter är exempelvis miljön, lokalernas tillräcklighet och ändamålsenlighet, faktorer kopplade till inomhusluften, toaletttutrymmenas tillräcklighet, tvätt av lakan samt vattenkvaliteten. Genom att exempelvis förvara, använda och tvätta lakan och sängkläder korrekt kan man förebygga bland annat sanitära olägenheter som beror på skadedjur eller damm. En extrarisk är kundernas personliga lakan. Om inkvarteringsrörelsen tillåter användningen av egna lakan lönar det sig att beakta detta i egenkontrollen.

En eventuell risk kan även vara förekomsten av vägglöss eller annan ohyra. I egenkontrollen kan man fundera på beredskapen inför vägglöss med början i hur de identifieras. Dessutom lönar det sig för verksamhetsutövaren att ha en tydlig verksamhetsplan ifall man påträffar vägglöss: hur anvisar man kunden, vad gör man själv, var finns skadedjursbekämpningens kontaktuppgifter. Det lönar sig även att komma överens om en kontinuerlig uppföljning och stickprover med skadedjursbekämpningen.

9. EXEMPEL: Särdrag hos skönhetsalonger

På skönhetsalonger behandlar man hud vilket innebär en smittrisk för sjukdomsalstrare. Infektioner kan orsakas av bland annat virus såsom hepatitvirus eller HIV, bakterier såsom stafylokokker och streptokocker samt svamp. Smittrisken uppstår exempelvis då en sjukdomsalstrare kan ta sig in på söndrig hud eller på en slemhinna såsom i ögat, näsan eller munnen. Vid åtgärder i skönhetsalonger kan smitta ske genom beröring direkt från ett redskap som är kontaminerat med en sjukdomsalstrare eller från utförarens händer till kunden. Smitta kan också ske indirekt via ytor.

Risken kan även vara en otillräcklig ventilation, särskilt om man gör akrylnaglar i lokalerna eller om verksamheten är dammande. Det är viktigt att använda punktsug för att förebygga spridningen av dofter och damm.

En hygienisk användning, service och förvaring samt lagring av redskap, verktyg, maskiner och annat material är grundförutsättningarna för god hygien. Hygieniska arbetsrutiner har mycket stor betydelse för förhindrandet av infektioner. För att minska riskerna rekommenderas engångs-utrustning. I fotvården kan man använda fat skyddade med engångsskyddspåsar. Arbetsredskap för fotvård ska alltid förvaras separat från andra arbetsredskap. Genom omsorgsfull rengöring, desinficering och vid behov även sterilisering säkerställer man att engångsredskapen inte orsakar risk för smitta. Med sterilisering avses så effektiv upphettning att mikrober och deras sporer dör. Det lönar sig regelbundet att testa hur steriliseringen lyckas med hjälp av en indikator. Om man utför behandlingsåtgärder där huden penetreras är det bra att byta arbetskläder dagligen och alltid när det behövs. Risken för att smittsamma sjukdomar sprids via droppar kan minskas genom användningen av munskydd.

Man kan sträva efter att minska riskerna genom att utreda kundens lämplighet för den behandling som erbjuds genom att be kunden fylla i ett frågeformulär innan behandlingen. Det är också bra att ge kunden skriftliga anvisningar för efterbehandlingen.

Mer information och stödmaterial för egenkontrollen

Tips för innehållet i egenkontrollen får du genom att bekanta dig med miljötjänsternas anvisningar:

- [Anvisning för inkvarteringsverksamhet i bostad \(bara på finska\)](#)
- [Krav för och tillsyn av dagvårds- och ungdomslokaler](#)
- [Krav för och tillsyn av grundskolor och läroanstalter](#)
- [Krav för och tillsyn av vårdinrättningar och barnskyddsenheter](#)
- [Krav på och tillsyn av hygienlokaler](#)

Anvisningarna finns även på vår webbplats: www.hel.fi -> boende och miljö -> livsmedelstillsyn och miljöhälsa -> hälsoskyddet -> Anmälningar enligt hälsoskyddslagen

- Bekanta dig med hälsoskyddslagen och med den så kallade förordningen om sanitära förhållanden i bostäder och deras krav och åtgärdsgränser: [Hälsoskyddslagen 763/1994](#) och den s.k. [förordningen om sanitära förhållanden i bostäder \(545/2015\)](#)
- Bekanta dig med radon och hur man mäter det på [Strålsäkerhetscentralens \(STUK\) webbplats](#).
- Information om legionella finns på [Institutet för hälsa och välfärds \(THL\) webbplats](#).
- Kvalitetsstörningar i vattnet kan anmälas på [Helsingforsregionens miljötjänsters \(HRM\) vatten och avlopp-webbplats](#).
- Bekanta dig med miljötjänsternas ythygienprojekt: [Ythygien i bassänger och våtutrymmen \(Uima-allas- ja märkätilojen pintahygienia\)](#), [Helsingfors stadsmiljös publikationer 2020:13. \(bara på finska\)](#)

Miljötjänster
tfn (09) 310 2611
kymp.terveydensuojelu@hel.fi
www.hel.fi/stadsmiljo