

# Krav til arbeidslokaler og arbeidstøy i ambulansetjenesten

**For ambulansestasjoner gjelder de allmenne kravene til arbeidslokaler: De skal tilrettelegges og utformes på grunnlag av arbeidsoppgavene, den enkelte arbeidstaker og spesielle risikoforhold. I ambulansestasjoner er smitte et slikt spesielt risikoforhold.**

Arbeidstakere i ambulansetjenesten har ofte lange arbeidsdager og blir eksponert for mange ulike arbeidsmiljøbelastninger. Men ambulansestasjoner er ofte ikke bygget, vedlikeholdt og godt nok tilrettelagt for det arbeidet som foregår der. Det kan føre til for dårlig arbeidsflyt, for mye støy og forstyrrelser, for liten plass og fare for smitte.

[Arbeidsplassforskriften § 8-1. Arbeidsplasser med biologisk helserisiko](#)

## Ta hensyn til oppgaver og risiko

Ambulansestasjonene er bemannet døgnet rundt, og arbeidstakerne skal kunne dusje, spise, hvile eller sove, gjennomføre møter, gjøre kontorarbeid, øve på arbeidsteknikk og eventuelt trene. De fleste vasker/desinfiserer arbeidstøy, utstyr, ambulanser og lokaler selv. Det er derfor viktig at de har lett tilgang til vann, toalett og smitteverntiltak, og at de har mulighet for hvile, spesielt ved nattarbeid.

Ambulansestasjoner må være utformet slik at eksponeringen for biologiske faktorer blir minst mulig, og slik at færrest mulig arbeidstakere blir eksponert.

Ambulansearbeiderne jobber ute i omgivelsene og går ut og inn av ambulansestasjonen flere ganger i løpet av arbeidsdagen. Arbeidet i ambulansetjenesten er akutt og uforutsigbart, og arbeidstakerne vet ofte ikke hvilken smitte pasienten kan være bærer av. Arbeidssituasjonen gjør at ambulansepersonell lett forurenses på hender og klær. Derfor må de enkelt kunne skifte arbeidstøy og vaske hender.

## Utformingen må hindre smitte

Den fysiske utformingen skal bidra til å redusere risikoen for å spre smitte:

- Organiser arbeidet slik at det utnytter utformingen og sørg for rutiner som sikrer hensiktsmessig arbeidsflyt.
- Planlegg plassering av utstyr, logistikk i lokalene og hvordan rene og urene ting holdes atskilt.
- Planlegg og innred for god arbeidsflyt når det gjelder håndhygiene, renhold/desinfeksjon av bil, utstyr, arbeidstøy og overflater, skift av arbeidstøy, oppbevaring av brukt og rent arbeidstøy og utstyr, og for renhold av selve stasjonen.
- Gi opplæring i hvordan bygget og utstyret skal brukes.

## Skill rent og urent område

Ambulansearbeidere har kontakt med syke mennesker og kan bli eksponert for biologiske faktorer som kan være helsefarlige, føre med seg smitte eller søle til klærne.

### Urene områder er

- avkledningsrom der ambulansearbeideren skal ta av seg forurenset tøy
- rom der en skal rengjøre brukt eller forurenset utstyr og arbeidstøy
- garasje/vaskehall for bil

**Rene områder** er alle andre områder på ambulansestasjonen.

Hensikten med slik inndeling er å forhindre spredning av biologiske stoffer til andre arbeidstakere og til andre deler av ambulansestasjonen, og til omgivelsene for øvrig. Nedenfor beskriver vi hvilke funksjoner som skal ivaretas og hvordan de kan løses.

### Urent område

Ambulansearbeidere som kommer tilsølt til ambulansestasjonen skal ha mulighet til å ta av forurenset arbeidstøy i avkledningsrom med tilgang til toalett og håndhygienefasiliteter (urent område). Herfra må det være tilgang til dusj og ren garderobe.

Det skal være atskilte avkledningsrom for kvinner og menn. Rommet skal ha direkte atkomst fra garasjen/vaskehallen. Det skal ha toalett og håndhygienefasiliteter og adgang til kjønnsdelt dusjrom. Dusjrommet skal ha videre adgang til kjønnsdelt ren garderobe.

Vannkraner bør være slik at hånd eller fot utløser vannet med fotocelle. Desinfeksjonsmidler kan være nødvendig i tillegg til vaskemuligheter.

I urent område må det også

- være rom for rengjøring/desinfisering av forurenset utstyr
- være rom for vask av arbeidstøy dersom tøyet ikke sendes til vaskeri, som er den beste løsningen
- legges til rette for renhold av det urene området, og for oppbevaring av renholdsutstyr slik at eventuell smitte ikke spres til resten av ambulansestasjonen.

### Rent område

Ambulansearbeidere som kommer til ambulansestasjonen uten å være tilsølt, skal kunne bruke en inngang til rent område, i praksis en hovedinngang. I tillegg kan det være en ren inn-/utgang til garasjen som kan brukes dersom arbeidstakerne ikke har behov for å skifte arbeidstøy.

Håndvask eller mulighet for å vaske/desinfisere hendene bør plasseres i nærheten av den rene (hoved)inngangen og ved inngangen til spiserommet. Spiserommet skal ikke legges i direkte tilknytning til garasjen, men være inne i det rene området av stasjonen.

Alle ambulansestasjoner skal ha atskilte garderobes for kvinner og menn. Garderobene regnes som rent område. Garderobene skal ivareta behov for å skifte til arbeidstøy når man kommer på jobb, om nødvendig til rent arbeidstøy i løpet av arbeidsdagen, og til private klær etter jobb.

Garderoben skal ha stort nok gulvareal til det antallet personer som skal skifte samtidig. Det må være atskilte skap for privat tøy og arbeidstøy.

[Her er mer informasjon om krav til garderobes](#)

## Regelverk og veiledning

Krav til hygiene og rengjøring for arbeidstakere som utsettes for biologiske faktorer:

[Arbeidsplassforskriften § 8-2 med kommentar del](#)

Krav til garderobes, dusj, vaskerom og toalett:

[Arbeidsmiljøloven §§ 4-1 første og fjerde ledd, 4-4 første, tredje og fjerde ledd](#)

[Arbeidsplassforskriften kapittel 3](#)

[Krav til dusj på arbeidsplassen](#)

[Krav til garderobes på arbeidsplassen](#)

## Tørkerom/tørkeplass

Ambulansetjenesten utfører arbeid utendørs, og det skal derfor være tørkerom eller annen mulighet for å tørke vått yttertøy og fottøy. Dette må plasseres slik at man reduserer spredning av eventuell smitte.

## Regelverk

[Arbeidsplassforskriften § 3-9](#)

## Garasje og vaskehall

Dersom renhold av biler og utstyr utføres på ambulansetasjonen, må det legges til rette for dette.

- Ventilasjon: Det er krav til ventilasjon og eventuelt prosessavsug/eksosavsug i garasje og vaskehall. Det skal ikke komme lukt fra garasje og vaskehall inn i de øvrige lokalene.
- Støy: Vurder om det er behov for ekstra støyisolering mellom garasje og vaskehall og øvrige arealer for å sikre at arbeidstakerne kan hvile uforstyrret. Maskiner som gir helseskadelig støy (høytrykkspyler, kompressor o.l.) skal plasseres i støyisolert rom/skap.

## Regelverk og veiledning

[Arbeidsplassforskriften kapittel 7 om kjemikalier og forurensning i arbeidsatmosfæren](#)

[Arbeidsplassforskriften § 2-14 om klima, ventilasjon, luftkvalitet mv.](#)

## [Inneklima](#)

### Lager for utstyr

Det må være lagerplass for arbeidstøy, sengetøy, håndklær og utstyr til ambulansene og pasientene. Det kan være nødvendig med lager for rent tøy og utstyr flere steder, for eksempel på ambulansstasjonen, ved akuttmottaket og i selve ambulansene. Mengden utstyr i bilene bør imidlertid begrenses for å lette renholdet og redusere spredning av eventuell smitte.

### Personalrom

Ved ambulansstasjoner foregår det døgkontinuerlig arbeid. Som for andre yrkesgrupper skal personalrom i ambulansstasjoner oppfylle kravet til «en velferdsmessig standard som til enhver tid er i samsvar med den teknologiske og sosiale utviklingen i samfunnet» (arbeidsmiljøloven § 1-1). Det betyr at krav til klima, luftkvalitet, dagslys og utsyn osv. også gjelder her.

### Krav til kontorplass

Det skal være tilgang til kontorplass for administrativt personale og/eller møterom for debrifing eller personalsamtaler. Kontorarbeidsplassene skal være store nok for det antallet arbeidstakere som skal arbeide der samtidig.

### Krav til hvilerom og soverom

- Arbeidslokalene bør ha et egnet hvilerom for ansatte som har behov for hvilepauser i arbeidstiden. Hvilen kommer i tillegg til spisepauser.
- Soverom bør være et enkeltrom som er plassert slik at arbeidstakeren unngår unødige forstyrrelser.
- Rommet bør være uten gjennomgang til andre rom, ha vindu som kan åpnes, og ha tilgang til toalett og dusj uten å passere gjennom urent område.

### Krav til spiserom og pauserom

Alle ambulansstasjoner skal ha tilgang til spiserom. Spiserommet

- bør gi mulighet for både matpause og avkobling
- må ha mulighet for tilbereding av mat
- må ivareta hygieniske forhold på en tilfredsstillende måte

Arbeidstakerne må ha mulighet for håndvask når de kommer utenfra og skal inn på spiserommet.

Det bør være eget oppholdsrom dersom spiserommet ikke er egnet til hvilepauser. Dersom ambulansstasjonen benytter en ekstern kantine, må denne være tilgjengelig når det er behov for det. Ved ekstern kantine må stasjonen ha pauserom i egne lokaler.

### Tilrettelegging for fysisk aktivitet

Arbeidsgiver skal vurdere tiltak for å fremme fysisk aktivitet blant arbeidstakerne, jf. arbeidsmiljøloven § 3-4. Dersom det skal være treningsmuligheter på ambulansstasjonen, må stasjonen ha et egnet rom for dette. Soverom/hvilerom må skjermes mot støy fra treningen.

### Regelverk og veiledning

Om krav til personalrom, soverom, oppholdsrom og spiserom:

[Arbeidsplassforskriften §§ 3-1, 3-2, 3-3, 3-5 og forskriftens kommentar del](#)

[Arbeidsplassforskriften § 8-2](#)

## [Krav til spiserom på arbeidsplassen](#)

## [Trening i arbeidstida](#)

# Beredskapspunkter

Ved bruk av beredskapspunkter må arbeidsgiver som hovedregel ivareta kravene til personalrom. Dette betyr at ansatte må ha tilgang til toalett med muligheter for håndvask, og til pause- og spiserom (arbeidsplassforskriften §§ 3-1, 3-5 og 3-7).

Tilgangen til toalett, håndvask og spiseplass må være knyttet til arbeidsstedet, også ved beredskapspunkter. Dette er viktig for å begrense spredning av eventuell smitte, og for å ivareta velferd, integritet og verdighet. Det betyr at arbeidstakerne ikke skal være nødt til å bruke toalettfasiliteter og spiseplass på en bensinstasjon eller liknende.

# Arbeidstøy – renhold, vedlikehold og tilgang

Arbeidstøyet er en del av verneutstyret for å beskytte ambulansarbeideren mot påvirkning fra blant annet farlige stoffer og smitte. Arbeidstøyet i ambulansetjenesten kan bli forurenset av biologisk materiale som kan være ubehagelig og/eller føre til smitte. Etter bruk skal derfor arbeidstøyet rengjøres/desinfiseres før det tas i bruk igjen.

Arbeidsgiver skal legge til rette for følgende:

- Arbeidstaker skal ta av arbeidstøy som er forurenset på arbeidsplassen.
- Arbeidstaker skal ikke vaske arbeidstøy hjemme; da har ikke arbeidsgiver kontroll på desinfeksjonsprosessen.
- Ambulansepersonellet bør ha med seg alkoholbasert hånddesinfeksjon som en del av arbeidstøyet.
- Arbeidsgiver skal sikre at ambulansarbeiderne har tilstrekkelig antall skift av arbeidstøy. Dette er en forutsetning for at rutineene for renhold av arbeidstøy skal kunne gjennomføres. Antall skift må basere seg på en risikovurdering og lokale forhold i ambulansetjenesten, da behovet kan variere i ulike deler av landet.
- Arbeidsgiver skal sørge for at arbeidstøyet blir vedlikeholdt, reparert og erstattet uten kostnader for arbeidstaker.
- Arbeidsgiver skal sikre at arbeidstøyet er forsvarlig lagret, kontrollert, rengjort og desinfisert.

## Regelverk og veiledning

### [Mer om arbeidsklær](#)

### [Eksempel på instruks for behandling av arbeidsklær](#)

### [Internasjonale retningslinjer for ambulansetjenesten \(bare på engelsk, ilo.org\)](#)

## Anbefalinger om arbeidstøy i ambulansetjenesten

## Anbefalinger om arbeidstøy i ambulansetjenesten fra de regionale kompetansesentre i smittevern (RKS) og Folkehelseinstituttet (FHI)

### Regelverk

Håndtering av tekstiler i helsetjenesten baserer seg på følgende lovkrav/standarder:

- Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten (FOR-2016-10-28-1250)
- Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter (FOR-1996-12-06-1127)
- Smittevernloven
  - Forskrift om smittevern i helse- og omsorgstjenesten (FOR-2005-06-17-610)
- Arbeidsmiljøloven
  - Forskrift om utførelse av arbeid, bruk av arbeidsutstyr og tilhørende tekniske krav (forskrift om utførelse av arbeid)
  - Forskrift om tiltaksverdier og grenseverdier for fysiske og kjemiske faktorer i arbeidsmiljøet samt smitterisikogrupper for biologiske faktorer (forskrift om tiltaks- og grenseverdier)
- NS-EN 14065:2016; Tekstiler som er behandlet i vaskeri. Kontrollsystem for biologisk forurensning.

## Infeksjonskontrollprogram

Ambulansetjenesten omfattes av helseforetakets infeksjonskontrollprogram. Helseforetakets ledelse har det overordnede ansvaret for at infeksjonskontrollprogrammet blir utformet, iverksatt og implementert og kjent for alt berørt personell. Ansvaret for utforming av infeksjonsforebyggende tiltak er delegert til smittevernpersonell. Det er derfor en forutsetning med tett samarbeid mellom smittevernpersonell og ambulansetjenesten lokalt og regionalt.

Det skal foreligge skriftlige prosedyrer tilpasset ambulansetjenesten for

- håndhygiene (håndvask og hånddesinfeksjon, inkludert plassering/utforming av håndhygienefasiliteter)
- bruk av arbeidstøy (rent/urent)
- bruk av personlig beskyttelsesutstyr/vernetøy (lager for denne type utstyr)
- forebygging av yrkesbetinget smitte gjennom smitteprofylakse (stikkskader), vaksinasjon o.l. (samarbeid med BHT og smittevernpersonell)
- håndtering av tekstiler
- håndtering av avfall
- renhold/desinfeksjon av utstyr og arealer

## Arbeidstøy - logistikk

Logistikken for håndtering av uniformer omfatter følgende:

- Innkjøp basert på nasjonale/regionale kravspesifikasjoner hvor rengjøring/desinfeksjon er et av punktene i kravspesifikasjonen.
- Rene uniformer
  - Lagring av rene uniformer
  - Utlevering av rene uniformer
- Brukte, forurensede uniformer
  - Avkledning
  - Oppsamling
  - Transport av forurensede tekstiler til lokalt avhentingspunkt

## Metoder for rengjøring av uniform

Uniformene må tåle enten vask ved høy temperatur eller kjemo-termisk vask/desinfeksjon. Jo høyere temperatur tekstilene eksponeres for, jo raskere drepes mikroben. Som oftest vil 85°C i 10 minutter desinfisere tekstilene. Hvis dere velger lavere temperatur, må holdetiden for desinfeksjonsprosessen forlenges, for eksempel 70°C i 100 minutter.

Ved kjemo-termisk desinfeksjon kan man kjøre rengjøringsprosessen ved lavere temperatur. Da blir tøyets desinfisert ved å tilsette vaskemiddel i tillegg til kjemiske produkter som klor, hydrogenperoksid eller pereddiksyre.

Arbeidsgiver må sørge for at ambulansepersonellet har mange nok uniformer til at de, som et minimum, kan skifte når uniformene er synlig forurenset. Hvor ofte uniformene skal skiftes utenom dette, avhenger av hvor mange uniformer som finnes per ansatt, og av logistikken med vaskeritjenester lokalt.

Arbeidstøyet bør rengjøres i et profesjonelt vaskeri eller på sykehusets vaskeri. Det skal ikke tas med hjem til arbeidstakeren og rengjøres i hjemmet. Hvis avstanden til vaskeri eller sykehus er for stor, må det vurderes alternative løsninger. Vanlige vaskemaskiner holder ikke høy nok temperatur i lang nok tid, og det må brukes industrivaskemaskin dersom arbeidstøyet skal vaskes/desinfiseres på ambulansestasjonen.

Industrivaskemaskinen må holde høy nok temperatur i lang nok tid og dosere vaskemidler og kjemikalier riktig. Smittevernpersonell må involveres i dette arbeidet.

Kilde: Folkehelseinstituttet, 30. april 2019

## Søknad om samtykke og krav til medvirkning

Søknad om Arbeidstilsynets samtykke skal dokumentere at arbeidsplassen er planlagt og fysisk utformet slik at den ivaretar sikkerheten, helsen og velferden til de ansatte. Det skal søkes for tiltak som er søknadspliktig etter plan- og bygningsloven.

### Veiledning til dokumentasjonskravene

De ansatte har både rett og plikt til å medvirke i arbeidsmiljøet, og det er viktig at de deltar i planleggingen av utformingen av arbeidslokalene.

- Verneombudet skal formidle innspill fra arbeidstakerne.
- Arbeidsmiljøutvalget skal involveres i alle saker som gjelder omfattende endringer i arbeidsmiljøet, se [arbeidsmiljøloven § 7-2 \(c\)](#).
- Bedriftshelsetjenesten (BHT) skal involveres ved nybygg og ombygginger, se [forskrift om organisering, ledelse og medvirkning § 13-2 \(a\)](#).
- Se også [krav til medvirkning ved nybygg og ombygging](#).

## Lovgrunnlag og veiledning

### Generelle krav til arbeidsmiljø og arbeidslokaler

For ambulansestasjoner gjelder de samme grunnleggende krav til arbeidslokaler som ved andre arbeidsplasser:

- [Arbeidsmiljøloven § 3-1](#), første og andre ledd stiller krav til systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid. Det samme gjør internkontrollforskriften ([forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter](#)).
- [Arbeidsmiljøloven § 4-4 \(1\)](#) stiller krav til at fysiske arbeidsmiljøfaktorer som bygnings- og utstyrmessige forhold, innneklima, lysforhold, støy, stråling o.l. skal være fullt forsvarlig ut fra hensynet til arbeidstakernes helse, miljø, sikkerhet og velferd.
- [Arbeidsplassforskriften § 2-1](#) presiserer dette kravet: arbeidsplasser skal være dimensjonert, innrettet og tilpasset arbeidets art, arbeidsutstyret og den enkelte arbeidstaker, og ha en tilfredsstillende velferdsmessig standard.
- [Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning § 13-1](#) stiller krav om å knytte virksomheten til en bedriftshelsetjeneste.

## Spesielle krav til arbeidsplasser med biologiske faktorer

For ambulansestasjoner gjelder i tillegg krav til arbeid i omgivelser som kan innebære kontakt med biologiske faktorer:

- [Arbeidsplassforskriften § 8-1](#) stiller krav til at arbeidsplassen må utformes slik at eksponeringen for biologiske faktorer blir minst mulig, og slik at færrest mulig arbeidstakere blir eksponert.
- [Forskrift om utførelse av arbeid kapittel 6](#) omhandler arbeid i omgivelser som kan medføre eksponering for biologiske faktorer.
- [Forskrift om tiltaks- og grenseverdier kapittel 6](#) omhandler klassifisering av biologiske faktorer.

Kravene over må oppfylles ved nybygg og ombygning av ambulansestasjoner. I eksisterende bygg skal kravene ivaretas så langt det er mulig. Flere ulike løsninger kan oppfylle kravene, basert på de funksjonene som finnes og de arbeidsoppgavene som foregår på arbeidsplassen. Planleggingen av ambulansestasjonen må være basert på en lokal og konkret kartlegging og risikovurdering.

Også lovverk under helselovgivningen er relevant for ambulansestasjoner, men er ikke omtalt her. Det gjelder blant annet:

- [Forskrift om smittevern i helse- og omsorgstjenesten](#)
- [Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten](#)
- [NS-EN 14065:2016](#) Tekstiler som er behandlet i vaskeri. Kontrollsystem for biologisk forurensning.

### Biologiske faktorer

[Smittevernveilederen \(folkehelseinstituttet.no\)](#)

---

---