



Händehygiene und Pandemie

Die Hände sind unser wichtigstes und am häufigsten gebrauchtes Werkzeug. Sie kommen vielfach mit verschiedenen Erregern bei den Arbeiten im Beruf, in der Freizeit, im Umgang mit Kollegen, Freunden und der Familie in Kontakt. Eine sorgfältig durchgeführte Händehygiene ist eine effektive und einfache Maßnahme, um Infektionen vorzubeugen.

Zur **Händehygiene** gehören das **Händewaschen** und in bestimmten Bereichen die **Händedesinfektion**.

Händewaschen:

- Hände unter fließendes Wasser halten
- Seife 20 bis 30 Sekunden in den Händen verreiben
- Gründlich abspülen
- Sorgfältig mit einem Einmalhandtuch abtrocknen

Tipp: Armaturen & Türklinken mit Papiertüchern bedienen

Anleitung:



1. Handinnenflächen & Handseiten



2. Handrücken



3. Fingerzwischenräume



4. Finger



5. Daumen



6. Fingerkuppen & -nägel

Tipp: Schmuck ablegen

Händedesinfektion*:

In bestimmten Bereichen (z. B. Mitarbeiter im Gesundheits- & Pflegedienst, im Lebensmittelbereich) **muss** die Händedesinfektion durchgeführt werden. In allen anderen Bereichen **kann** die Händedesinfektion das Händewaschen ergänzen bzw. ersetzen. **Die Händedesinfektion muss ebenfalls gründlich erfolgen:**

- Ausreichend Desinfektionsmittel (gemäß Herstellerangaben) in die hohle, trockene Hand geben ⇒ für die Dauer der Desinfektion sind die Hände feucht zu halten
- Desinfektionsmittel vollflächig auf den Händen verreiben **Achtung:** Anleitung wie beim Händewaschen
- Solange weiter reiben, bis die Hände trocken sind ⇒ nicht mit einem Einmalhandtuch nachtrocknen

Einwirkzeit in Abhängigkeit des Desinfektionsmittels zwischen 30 Sekunden und 2 Minuten.

*Falls keine, unsaubere oder nur von sehr vielen Personen genutzte Waschplätze vorhanden sind, ist die Händedesinfektion eine wirksame Alternative zum Händewaschen.