

# INFEKTIONEN VERMEIDEN: HÄNDEHYGIENE UND SCHUTZMASKE



## INFORMATION FÜR PATIENTEN

Mit bereits zwei einfachen Maßnahmen kann jeder dazu beitragen, das Risiko einer Krankheitserregerübertragung zu verringern.

Die meisten Krankheitserreger (auch sogenannte Krankenhauskeime) werden über die Hände oder über Tröpfchen aus den Atemwegen übertragen. Durch eine gute Händehygiene (Waschen mit Seife oder Desinfektion mit einem Händedesinfektionsmittel) und durch das Tragen einer Schutzmaske (chirurgischer Mund-Nasen-Schutz bzw. FFP2-Maske) können Infektionen auch mit problematischen Erregern vermieden werden. Krankenhauskeime heißen so, weil sie im Krankenhaus entdeckt werden und manchmal Probleme bereiten können. Mitgebracht werden sie von uns allen, Mitarbeitern und Patienten.

Die meisten Keimübertragungen finden durch die Hände statt. Einige Krankheitserreger können auch über die eingeatmete Luft übertragen werden. Durch Hygienemaßnahmen wie Händedesinfektion und Schutzmaske helfen Sie mit, dass Krankheitserreger sich nicht weiter verbreiten und schützen damit Personen mit geschwächter Immunabwehr (kleine Kinder, Senioren, akut Erkrankte) vor Infektionen.

## HÄNDEDESINFEKTION

### WAS IST EINE HÄNDEDESINFEKTION?

Unter einer Händedesinfektion versteht man das sorgfältige Einreiben der Hände mit einem Händedesinfektionsmittel. Dabei werden durch den enthaltenen Alkohol die auf den Händen befindlichen Erreger, auch multiresistente Bakterien und die meisten Viren, abgetötet. Zusätzlich ist in den Händedesinfektionsmitteln ein hautpflegender Zusatz enthalten. Daher wird die Haut auch bei häufiger Anwendung der Mittel nicht geschädigt.

### WIE DESINFIZIERE ICH MEINE HÄNDE RICHTIG?

Desinfektionsmittel in ausreichender Menge wird auf die trockenen Hände gegeben und in der Handinnenfläche und auf dem Handrücken für die Dauer von 30 Sekunden verrieben. Die Hände sollen für diese Dauer („Einwirkzeit“) richtig nass sein. Erst nach der Einwirkzeit sind die Keime ausreichend abgetötet.

### BITTE BEACHTEN:

- Für 30 Sekunden müssen die Hände durch das Desinfektionsmittel nass sein.
- Beim Verreiben die Fingerzwischenräume, Daumen, Nagelfalz und Fingerkuppen besonders sorgfältig benetzen.

### WANN SOLLTE ICH MIR ALS KRANKENHAUSBESUCHER DIE HÄNDE DESINFIZIEREN?

Im persönlichen Umfeld außerhalb von Gesundheitseinrichtungen ist das Waschen mit Wasser und Seife völlig ausreichend. Dies sollte immer geschehen bei sichtbar verschmutzten Händen, nach dem Toilettengang, vor dem Essen, vor dem Zubereiten von Mahlzeiten und nach dem Handhaben von rohem Fleisch, Eiern oder Gemüse. Sollten Sie zu Hause einen Angehörigen pflegen, sprechen Sie bitte mit Ihrem Hausarzt, ob von Fall zu Fall eine Händedesinfektion anzuraten wäre. Notwendig wird für Sie eine Händedesinfektion als Besucher eines Krankenhauspatienten vor und nach dem Besuch des Patienten. Hierzu benutzen Sie bitte die in den Patientenzimmern montierten Händedesinfektionsmittelpender.

Der VKKD | Verbund Katholischer Kliniken Düsseldorf ist mit jährlich rund 150.000 stationär und ambulant behandelten Patienten einer der größten und wichtigsten Akteure der Gesundheitsversorgung in Düsseldorf. [www.vkdd-kliniken.de](http://www.vkdd-kliniken.de)

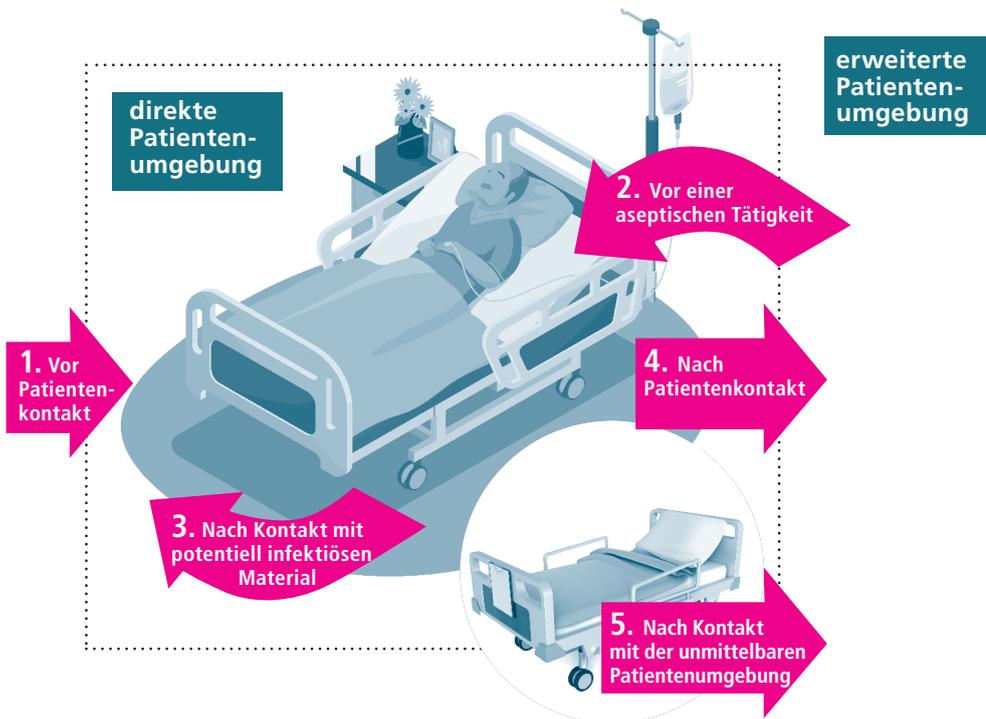
## WANN SOLLTE ICH MIR ALS PATIENT DIE HÄNDE DESINFIZIEREN?

Patienten wird eine Händedesinfektion z.B. in den folgenden Situationen empfohlen:

- bei Betreten des Patientenzimmers
- bei Verlassen des Patientenzimmers
- vor dem Essen/dem Einnehmen von Tabletten
- nach Benutzung der Sanitäreinheit (WC)
- vor und nach Kontakt mit der eigenen Wunde, mit Schleimhäuten oder Kathetern.

## WANN DESINFIZIERT SICH DAS KRANKENHAUSPERSONAL DIE HÄNDE?

Das Krankenhauspersonal muss sich die Hände häufig desinfizieren, damit über die Hände keine Krankheitserreger von einem Menschen zum nächsten verbreitet werden. Eine Desinfektion der Hände erfolgt daher in den folgenden Situationen und wird in dieser Weise durch die WHO weltweit propagiert:



Trägt das Personal Schutzhandschuhe, können auch diese mit dem bereit gestellten Händedesinfektionsmittel desinfiziert werden. Sollten Krankenhausmitarbeitende in der Hektik des Arbeitsalltags versäumen, sich z.B. vor dem Kontakt zu einem Patienten die Hände zu desinfizieren, machen Sie uns bitte gerne darauf aufmerksam. Entsprechende Hinweise sind ausdrücklich erwünscht und helfen uns, die Qualität unserer Patientenversorgung zu verbessern.

## SCHUTZMASKE

Atemwegssekrete enthalten stets Krankheitserreger, auch bei völlig gesunden Menschen. Werden Sekrettröpfchen eingeatmet oder gelangen diese z.B. durch Verspritzen auf die Schleimhaut der Atemwege, kann es zu einer Infektion kommen. Zum Schutz hiervor ist das Tragen einer Atemschutzmaske sinnvoll bzw. in einigen Situationen sogar geboten (z.B. bei bestimmten Infektionskrankheiten sowie in Phasen der pandemischen Verbreitung von Krankheitserregern).

Bitte beachten Sie als Patient sowie als Besucher die von der jeweiligen Situation abhängigen Vorgaben zum Tragen von Schutzmasken. Wichtig ist, dass die Maske über dem Nasenrücken gut anliegt und Mund und Nase vollständig bedeckt werden, um einen ausreichenden Schutz zu gewährleisten. Das Personal berät Sie auch dazu, wie die Masken zu tragen sind.