

# Händehygiene

Die Hände sind die häufigsten Überträger von Krankheitskeimen. Eine ordnungsgemäße Händehygiene ist deshalb die wichtigste Maßnahme zur Infektionsprävention. Was alles dazugehört, sehen Sie hier im Überblick.

## Hygienische Händedesinfektion

Die Händedesinfektion dient dem **Schutz des Patienten** vor der Besiedlung mit Krankheitserregern.

### 5 Indikationen

1. **vor** Patientenkontakt
2. **vor** aseptischen Tätigkeiten
3. **nach** Kontakt mit potenziell infektiösem Material
4. **nach** Patientenkontakt
5. **nach** Kontakt mit der unmittelbaren Patientenumgebung

### Typische Situationen

- > vor Injektionen und Punktionen
- > vor dem Legen von Kathetern und anderen invasiven Eingriffen
- > vor und nach Ablegen von Verbänden
- > vor Medikamentenverabreichung
- > vor und nach Maßnahmen an Kathetern, Drainagen, Beatmungsgeräten
- > nach Kontakt mit potenziell infektiösem Material
- > nach unreinen Arbeiten, z.B. Abziehen von Bettwäsche
- > nach dem Ablegen von Handschuhen

## Händewaschen



Händewaschen tötet deutlich weniger Keime ab als eine Händedesinfektion und strapaziert die Haut. Es sollte deswegen auf ein Minimum reduziert werden. Eine Händewaschung ist nötig:

- > vor Arbeitsbeginn
- > bei sichtbarer Verschmutzung
- > nach Arbeitsende

## Die 6 Schritte der Händedesinfektion

Die Einwirkzeit des Desinfektionsmittels beträgt in der Regel 30 Sekunden. Während des gesamten Einreibevorgangs müssen die Hände feucht sein.



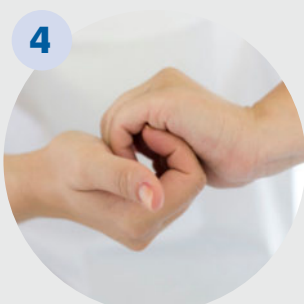
Handfläche auf Handfläche



rechte Handfläche auf linkem Handrücken und umgekehrt



Handfläche auf Handfläche mit verschränkten Fingern



Fingeraußenseite auf gegenüberliegender Handfläche und umgekehrt



linke Handfläche umschließt rechten Daumen und umgekehrt



geschlossene Fingerkuppen in der rechten Handfläche und umgekehrt



## Hautpflege

Bereits in kleinsten Rissen der Haut können sich Keime ansiedeln, wodurch sich die Haut nicht mehr sicher desinfizieren lässt. Deswegen ist die Hautpflege mit Hautschutzpräparaten ein wichtiger Bestandteil der Händehygiene. Sie sollte erfolgen:

- > vor Arbeitsbeginn
- > nach dem Händewaschen
- > vor Arbeitspausen
- > nach Arbeitsende

### Das Tragen von keimarmen Handschuhen

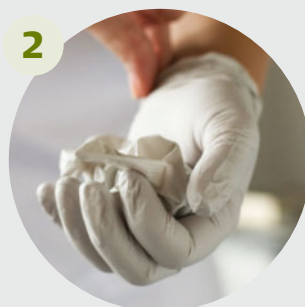
- > verhindert **nicht** die Übertragung von Krankheitserregern auf andere Personen und
- > ersetzt **nicht** die Händedesinfektion.

Die indizierten Händedesinfektionen müssen Sie **IMMER** durchführen.

## Korrektes Ausziehen von Handschuhen



1  
Mit der linken Hand die Stulpe des rechten Handschuhs fassen und den Handschuh abstreifen.



2  
Die linke Hand hält den rechten Handschuh, während die rechte Hand in die Innenseite der Stulpe des linken Handschuhs fasst.



3  
Beim Abstreifen zeigen die potenziell kontaminierten Außenseiten der Handschuhe nach innen und gelangen so nicht an die Hände.

## Schutzhandschuhe

Keimarme Handschuhe verringern die Keimlast auf den Händen des medizinischen Personals und reduzieren das Risiko einer Kolonisation oder Infektion dieser Personen. Sie dienen somit dem **Schutz des Personals**.

### Indikationen

Sie sind anzulegen bei vorhersehbarem oder wahrscheinlichem Erregerkontakt und bei möglicher Verunreinigung mit Körperausscheidungen, Sekreten und Exkreten. Beispiele:

- > Blutentnahmen
- > Entfernen von Drainagen, Verbänden und andere kontaminierte Materialien
- > endotracheales Absaugen
- > Tracheostomapflege
- > Umgang mit Beatmungsschläuchen
- > Pflege von inkontinenten Patienten
- > Pflege von MRSA-Infizierten Patienten

Nach Beendigung dieser Tätigkeiten sind die Handschuhe abzulegen und eine hygienische Händedesinfektion ist durchzuführen.

Bei der Pflege eines Patienten müssen Sie die Handschuhe wechseln, wenn Sie von einem kontaminierten zu einem nicht kontaminierten Bereich dieses Patienten oder seiner Umgebung wechseln.

Zu häufiges oder zu langes Tragen von Handschuhen führt zu Hautschäden → Handschuhe nur anlegen, wenn eine Indikation besteht.

**NICHT INDIZIERT** ist das Tragen von Handschuhen, wenn ein Kontakt mit Blut oder Körperflüssigkeiten nicht zu erwarten ist. Beispiele:

- > **direkter Patientenkontakt:** Blutdruck, Temperatur und Puls messen, s.c.- und i.m.-Injektionen, Baden und Anziehen eines Patienten, Patiententransport, Augen- und Ohrenpflege (ohne Sekret), Manipulationen an Gefäßzugängen ohne Blutaustritt
- > **indirekter Patientenkontakt:** orale Medikation verabreichen, Essens-tabletts verteilen/abräumen, Patientenbett beziehen, nicht invasives Beatmungszubehör und Sauerstoffsonde bereitstellen