



HANDHYGIËNE

Het hoe, wat en waarom van handhygiëne

Binnen het Sint-Franciscusziekenhuis hechten wij enorm belang aan een goede handhygiëne. Onze zorgverleners worden dagelijks gestimuleerd om op een correcte manier hun handen te wassen en te ontsmetten. Met deze folder willen wij u graag meer informatie geven waarom dit van belang is, en hoe u ons hierbij kan meehelpen.



Waarom is handhygiëne van belang?

Het ziekenhuis is een omgeving waar veel mensen met elkaar in contact komen, zowel zieke als gezonde personen. Hierdoor bestaat de kans om bacteriën door te geven aan elkaar. Vaak hebben patiënten een verminderde weerstand waardoor ze gevoeliger zijn voor zorginfecties.

Via onze handen vervoeren we miljoenen microben. De meeste hiervan zijn onschuldig, sommigen echter kunnen schadelijk zijn. Als de handen van zorgverleners niet zuiver zijn tijdens de patiëntenzorg, kunnen ziekteverwekkende microben overgedragen worden.

Eenvoudige maatregelen kunnen de verspreiding en overdracht van microben tegengaan. Strikte handhygiëne is een doeltreffende manier om zorginfecties te vermijden.



Wat is handhygiëne?

Microben, die zorginfecties veroorzaken, worden vooral overgedragen via de handen. Het is dus van belang dat zorgverleners zuivere handen hebben alvorens ze een patiënt verzorgen. Dat kan door de handen te wassen met water en zeep of door ze te ontsmetten met handalcohol. Handhygiëne omvat beide methoden. Het ontsmetten van de handen met handalcohol verdient de voorkeur. Het is sneller, efficiënter en gebruiksvriendelijker. Wanneer de handen zichtbaar vuil zijn, moeten ze eerst gewassen gedroogd worden , gedroogd en vervolgens ontsmet.

Binnen het ziekenhuismilieu is het onvoldoende de handen te wassen met water en zeep. Daarom moeten zorgverleners handalcohol gebruiken. Het dragen van handschoenen vormt een goede bescherming om de handen zo min mogelijk te besmetten. Maar ook met handschoenen blijft handhygiëne noodzakelijk. Bovendien moeten handschoenen op het juiste moment verwijderd (en vervangen) worden. Voor en zeker ook na het gebruik van handschoenen dienen de handen ontsmet te worden met handalcohol.

Voor een correcte handhygiëne moeten artsen, verpleegkundigen, zorgkundigen en paramedisch personeel (kinesitherapeuten, technologen medische beeldvorming, ...) aan enkele basisvereisten voldoen:

- Geen juwelen, horloges, armbanden ter hoogte van de handen en polsen/onderarmen dragen.
- Kortgeknipte en zuivere nagels (geen nagellak en geen kunstnagels)
- Korte mouwen
- Afdekken van eventuele wondjes



Hoe kunt u helpen?

Niet alleen zorgverleners, maar ook jijzelf als patiënt of bezoeker heeft baat bij een goede handhygiëne. Want ook jij kunt via je handen ziekteverwekkers overdragen op andere personen. Maar je kunt ook zelf een infectie oplopen. Durf ons hier dus zeker steeds aan te herinneren. Durf gerust te vragen of de zorgverlener de handen heeft ontsmet. Laat ook gerust blijken dat u het waardeert als de handhygiëne correct wordt toegepast. Op deze manier ondersteunen we elkaar in een zorgzaam beleid om ziekenhuisinfecties tegen te gaan.



Wanneer handhygiëne?

In het dagelijkse leven:

Was je handen regelmatig met water en zeep.

Dit is goed voor je persoonlijke hygiëne.

Wanneer?

- Voor elke maaltijd
- Voor het bereiden van eten
- Na het snuiten van de neus
- Na het hoesten en of niezen waarbij de handen voor de mond werden gehouden
- Na ieder toiletgebruik

Bij bezoek in het ziekenhuis:

Bezoekers die in contact komen met de patiënt moeten handhygiëne uitvoeren om de overdracht van kiemen tegen te gaan en zorginfecties te voorkomen.

Wanneer?

Voor en na contact met de patiënt en zijn/haar onmiddellijke omgeving.



HOE ONTSMET IK MIJN HANDEN met handalcohol ?

1a



1b



Neem een handvol handalcohol (ongeveer 3 ml)

2



Wrijf de handpalmen tegen elkaar

3



Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd

4



Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar

5



Bring de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer

6



Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand

7



Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in in de palm van de andere hand

8



Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden

9



Dep de handen droog met een wegwerphanddoekje

10



Sluit de kraan met het wegwerphanddoekje zodat de handen niet opnieuw besmet worden

20 à 30 sec



40 à 60 sec





Publicatiedatum: Mei 2019, dienst labo
Sint-Franciscusziekenhuis
P. Paquaylaan 129 | 3550 Heusden-Zolder
Tel. 011 71 50 00 | Fax. 011 71 50 01 | www.sfz.be