



Verteilen Sie das Desinfektionsmittel sorgfältig auf Ihren Fingerkuppen.



Die Daumen nicht vergessen!



Verteilen Sie nun das Händedesinfektionsmittel gleichmäßig mit leichtem Druck in den Handinnenflächen.



Verreiben Sie nun das Desinfektionsmittel auf dem Handrücken.

#### Ihr Ansprechpartner

Krankenhaushygiene am UKT  
Institut für Med. Mikrobiologie und Hygiene  
Elfriede-Aulhorn-Straße 6  
72076 Tübingen, Telefon: 07071/29-80122

Weiter Informationen und Quellen:

[www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)

[www.hautschutz.gesundheitsdienstportal.de](http://www.hautschutz.gesundheitsdienstportal.de)

[www.infektionsschutz.de/haendewaschen.de](http://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.de)

Version 2.0

## Händehygiene Information für Patienten und Angehörige



## Die Krankenhaushygiene informiert

Liebe Patienten, liebe Angehörige,  
liebe Besucher,

Ihre Mithilfe ist gefragt! Unsere Hände sind unser wichtigstes „Werkzeug“, gleichzeitig können sie aber auch Überträger von Infektionserregern sein. Außerhalb von Gesundheitseinrichtungen ist das Waschen mit Wasser und Seife völlig ausreichend, aber im Krankenhaus dient die Händedesinfektion dem eigenen Schutz und dem Schutz anderer Patienten. Wir möchten Sie hier kurz über die wichtigsten Fakten zur Händehygiene im Krankenhaus aufklären.

### Ist Waschen nicht gründlich genug?

Waschen ist gründlich, wenn man es richtig macht, aber in hygienisch sensiblen Bereichen wie einem Krankenhaus hat die Händedesinfektion einige Vorteile:

- Händedesinfektionsmittel sind immer und an fast jedem Ort verfügbar und nicht an ein Waschbecken gebunden
- Desinfektion ist effektiver und schneller als das Händewaschen
- Die Haut wird weniger belastet als beim Händewaschen

### Was versteht man unter einer Desinfektion der Hand?

Unter einer Händedesinfektion versteht man das Einreiben der Hände mit einem (in der Regel auf Alkohol basierenden) Desinfektionsmittel. Dabei werden die auf den Händen befindlichen Erreger (z.B. Bakterien, Viren und Pilze) abgetötet. Die Desinfektionsmittel sind speziell für die Anwendung an den Händen entwickelt worden und enthalten auch Substanzen zum Hautschutz.

### Wann sollte ich die Hände desinfizieren?

Unseren **Patienten** empfehlen wir, die Hände regelmäßig zu desinfizieren, da Sie im Krankenhaus Kontakt zu verschiedenen Krankheitserregern haben können. Dies ist sinnvoll z.B. beim Betreten oder vor Verlassen des Zimmers oder nach dem Husten oder Niesen.

Für **Besucher** der Klinik ist eine Händedesinfektion vor und nach dem Besuch des Patienten empfohlen, sowie nach z.B. Husten oder Niesen.

**Angehörige**, die zu Hause pflegen, sollten mit Ihrem Hausarzt sprechen, ob von Fall zu Fall eine Händedesinfektion anzuraten wäre.

### „5 Momente“ für die Händedesinfektion des Patienten

- Vor dem Betreten und nach dem Verlassen des Patientenzimmers
- Nach Benutzung der Sanitäreinheit (WC)
- Nach dem Wechseln von Windeln, oder wenn Sie Ihrem Kind nach dem Toilettengang bei der Reinigung geholfen haben
- Vor den Mahlzeiten
- Vor und nach dem Kontakt mit Wunden und Schleimhäuten

### Anleitung zur Händedesinfektion



Entnehmen Sie 2-3 Hübe, bis ein „kleiner See“ in der hohlen Hand entsteht.

Nehmen Sie sich für die folgenden Schritte insgesamt **30 Sekunden** Zeit zum Einreiben.