



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



Verreiben Sie nun das Desinfektionsmittel auf dem Handrücken.



Die Daumen nicht vergessen!

## 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)

### Impressum

#### Herausgeber

Universitätsklinikum Tübingen,  
Institut für Medizinische Mikrobiologie und Hygiene

#### Verantwortlich für den Inhalt

Jan Liese, Krankenhaushygiene  
Jan.Liese@med.uni-tuebingen.de  
Tel. 07071 29-80122

#### Bildnachweis

Petrishale und Fotos 1 bis 5,  
Sebastian Grashorn

© 2019 Universitätsklinikum Tübingen, 2. Auflage

[www.medicin.uni-tuebingen.de](http://www.medicin.uni-tuebingen.de)

Institut für Medizinische  
Mikrobiologie und Hygiene  
Krankenhaushygiene

## Händehygiene

Informationen für Patienten und Angehörige



Aktion  
Saubere Hände



Universitätsklinikum  
Tübingen

# Händehygiene

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?

Unsere **Patienten** empfehlen wir, die Hände regelmäßig zu desinfizieren, da Sie im Krankenhaus Kontakt zu verschiedenen Krankheits-erregern 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

- 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



Verteilen Sie das Desinfektionsmittel sorgfältig auf Ihren Fingerkuppen.