

# **Handhygiëne: Waarom, Wie en Wanneer?**

## **WAAROM?**

- Per dag overlijden wereldwijd duizenden mensen aan zorggerelateerde infecties
- Handen zijn een vervoersmiddel voor ziekteverwekkende bacteriën
- Handhygiëne is daarom de meest effectieve manier om verspreiding te verminderen en daarmee zorggerelateerde infecties te voorkómen
- Deze brochure legt uit hoe en wanneer handhygiëne toe te passen

## **WIE?**

- Elke zorgmedewerker, zorgverlener of persoon die direct of indirect is betrokken bij cliëntenzorg zou bewust moeten zijn van handhygiëne en zou het op de juiste manier en moment moeten kunnen uitvoeren.

## **HOE?**

- Je handen desinfecteren door ze in te wrijven met handalcohol zou de gebruikelijke routine moeten zijn om je handen schoon te maken wanneer je handen niet zichtbaar vuil zijn. Handen inwrijven met handalcohol is sneller, effectiever en geeft minder schade aan de huid dan handen wassen met water en zeep.
- Was je handen met water en zeep wanneer deze zichtbaar vuil zijn, er bloed op zit, of er andere lichaamsvloeistoffen op zitten en na het toilet gebruik.
- Bij blootstelling aan sporenvormende bacteriën is het beter je handen te wassen met water en zeep.

## HOE JE HANDEN TE DESINFECTEREN?

Desinfecteer je handen voor handhygiëne. Was alleen je handen wanneer deze zichtbaar vies zijn!



1. Breng uit de dispenser handalcohol aan op de droge handen, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken. Neem zoveel handalcohol dat het kuiltje van één hand met handalcohol is gevuld. Deze hoeveelheid is nodig om de handen gedurende de volledige inwerktijd van de handalcohol (ong. 30 sec.) nat te houden.
2. t/m 7. Wrijf de handen nu gedurende ongeveer 30 seconden zorgvuldig over elkaar, tot ze droog zijn. Ook de vingertoppen, duimen, gebieden tussen de vingers en de polsen moeten grondig met de handalcohol worden ingewreven.
8. Laat de handen drogen aan de lucht

Bij niet of onvoldoende droging van de alcohol is het effect minder en bestaat bovendien de kans bij aansluitend gebruik van handschoenen, op huidirritatie.

Gebruik van een disperser met elleboog bediening of automatische (sensor) bediening hebben de voorkeur (anders dan afbeelding).

## HOE JE HANDEN TE WASSEN?

Alleen je handen wassen wanneer deze zichtbaar vuil zijn. Anders desinfecteren.



0. Maak de handen nat met water uit een flink stromende kraan.
1. Voorzie de handen van een laag vloeibare zeep uit een dispenser, zonder het tuitje van de dispenser aan te raken.
2. t/m 7. Wrijf de handen vervolgens gedurende 10 seconden goed over elkaar, waarbij vingertoppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen moeten goed moeten worden ingewreven.
8. Spoel de handen goed af.
9. Droog de handen af met een wegwerpbaar handdoek, ook de polsen en de huid tussen de vingers drogen.
10. Sluit de kraan zonder er met je handen aan te komen

Waterkraan met elleboog- of automatische (sensor) bediening hebben de voorkeur (anders dan afbeelding).

Dispenser met elleboog of automatische (sensor) bediening voor vloeibare zeep hebben de voorkeur (anders dan afbeelding).

## WANNEER?

### 5 MOMENTEN VOOR HANDHYGIËNE



OPMERKING: Handhygiëne moet worden toegepast op alle momenten, ook wanneer handschoenen worden gedragen.

## **1 Voor contact met een cliënt\***

WAAROM? Om de cliënt te beschermen tegen kolonisatie en infecties door bacteriën die mogelijk op je handen zitten

WANNEER? Desinfecteren je handen voor je de cliënt aanraakt

Voorbeelden/situaties:

- Voor handen geven
- Voor het ondersteunen van een cliënt tijdens dagelijkse activiteiten zoals: Verplaatsen, douchen/wassen, eten, aankleden etc.
- Voor het verzorgen en andere niet invasieve behandelingen, zoals: · Zuurstof masker opzetten of geven van een massage
- Voor het ondernemen van fysieke niet invasieve handelingen, zoals; Polsen, bloeddruk meting, opnemen ECG

## **2 Voor schone/steriele handelingen**

WAAROM? Om de cliënt te beschermen tegen infecties

WANNEER? Desinfecteer je handen voor je handelingen verricht aan kritieke plekken (niet intacte huid etc.)

Voorbeelden/situaties:

- Voor tandenpoetsen, oog druppelen, beoordelen van oog, oor, mond etc. zonder instrumenten of voor het beoordelen van vaginale of rectale
- Voor wonden te verbinden of te verzorgen, voor een percutane injectie/punctie
- Voor contact/het werk met invasieve hulpmiddelen, ook bij gebruik van handschoenen
- Voor het maken van eten, medicatie of steriele materialen

## **3 Na lichaamsvloeistof contact**

WAAROM? Om je te beschermen tegen kolonisatie of een infectie van ziekteverwekkende bacteriën van de cliënt en om te voorkomen dat de omgeving hiermee besmet raakt.

WANNEER? Maak je handen zo snel mogelijk schoon wanneer het gevaar voor contact met lichaamsvloeistof is geweken.

Voorbeelden/situaties:

- Na het contact met het mucous membraan of niet intacte huid
- Na een percutane injectie of punctie; na het inbrengen van een invasief medisch hulpmiddel (katheter, drain, veneuze katheter etc.)
- Na het verwijderen van een medisch hulpmiddel
- Na het verwijderen van elke vorm van materiaal voor bescherming (gaas, )
- Na het schoonmaken van besmet oppervlakte of besmet materiaal (bed overtrek, po, etc.)

#### **4 Na contact met een cliënt**

**WAAROM?** Om je te beschermen tegen kolonisatie met bacteriën en om te voorkomen dat de omgeving besmet raakt.

**WANNEER?** Desinfecteer je handen wanneer je de kamer of cliënt verlaat

Voorbeelden/situaties

- Na handen geven
- Na het ondersteunen van een cliënt tijdens dagelijkse activiteiten:
- Verplaatsen, douchen/wassen, eten, aankleden etc.
- Na het verzorgen en andere niet invasieve handelingen:
- Opzetten zuurstof masker, geven van een massage
- Na het ondernemen van een fysieke niet invasieve handeling;
- Polsen, bloeddruk meting, opnemen ECG

#### **5 Na het aanraken van de omgeving van de cliënt**

**WAAROM?** Om je te beschermen tegen kolonisatie van bacteriën die op voorwerpen of op het interieur van de cliënt zitten.

**WANNEER?** Desinfecteer je handen na het aanraken voorwerpen of interieur van de cliënt.

Voorbeelden/situaties:

- Na handen geven
- Na het ondersteunen van een cliënt tijdens dagelijkse activiteiten zoals:  
Verplaatsen, douchen/wassen, eten, aankleden etc.
- Na het verzorgen en andere niet invasieve behandelingen, zoals: ·  
Zuurstof masker opzetten of geven van een massage
- Na het ondernemen van fysieke niet invasieve handelingen, zoals;  
Polsen, bloeddruk meting, opnemen ECG

\* Als de handen net voor het contact met een cliënt al gewassen en/of gedesinfecteerd zijn omdat men bijvoorbeeld net contact heeft gehad met een andere cliënt hoeft dat niet opnieuw te gebeuren.

Indicatie 4 en 1 vallen dan als het ware samen.