Handhygiëne
U bent in goede handen

azdelta
Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

Bacteriën zijn microscopisch kleine organismen die op alle denkbare plaatsen op aarde in grote aantallen terug te vinden zijn.
De meeste bacteriën zijn gelukkig onschadelijk voor de mens en vaak zelfs nuttig. Een beperkt aantal soorten kan echter infecties en ziekten verwekken bij de mens. Sommige van deze ziekteverwekkers leven zelfs op onze huid en slijmvliezen en bijvoorbeeld op onze handen.
Bij gebrekkige handhygiëne kunnen deze ziekteverwekkers via de gezondheidswerkers overgedragen worden van patiënt tot patiënt.
Strikte handhygiëne is een zeer doeltreffende en goedkope manier om de verspreiding van ziekenhuisinfecties tegen te gaan.
Het vermijden van infecties betekent bovendien dat minder vaak antibiotica moeten worden gebruikt. Dit draagt dan weer bij tot de bestrijding van resistentie aan antibiotica. We geven u in deze brochure graag meer informatie.

Het team ziekenhuishygiëne

Ziekenhuisinfecties

Een ziekenhuisinfectie gaat gepaard met bijkomende gezondheidsproblemen voor de patiënt, gaande van eerder onschuldige infecties van de urinewegen tot zeer ernstige infecties van de bloedbaan en de onderste luchtwegen.
Daarenboven geven deze infecties aanleiding tot enorme extra kosten voor onze gezondheidszorg.
Helaas is slechts een derde van de ziekenhuisinfecties te vermijden.

In het ziekenhuis verblijven immers vele patiënten die zeer kwetsbaar zijn voor deze infecties. Denk maar aan verzwakte

oudere mensen, patiënten met een sterk verminderde afweer en patiënten die ingrijpende behandelingen nodig hebben voor levensbedreigende aandoeningen (bv. transplantatiepatiënten en patiënten op intensieve zorg).

Handhygiëne: de handeling waarmee alles staat of valt

De kiemen die ziekenhuisinfecties veroorzaken worden vooral overgedragen via de handen. Handhygiëne - dat wil zeggen de handen ontsmetten of wassen - is de meest doeltreffende manier om deze infecties te vermijden.

2 methoden zijn hiervoor aanbevolen in het ziekenhuis:
- het wassen van de handen met water en zeep
- en het ontsmetten van de handen met handalcohol.

Het inwrijven van de handen met handalcohol is efficiënter, sneller en gebruiksvriendelijker.

Als de handen zichtbaar bevuild zijn, moeten ze natuurlijk eerst worden gewassen en vervolgens ontsmet.
Handschoenen vormen een goede bescherming om de handen zo weinig mogelijk te besmetten, maar na het verwijderen ervan is handhygiëne eveneens noodzakelijk.

Een goede handhygiëne is niet alleen belangrijk voor de gezondheidswerker, maar ook voor uzelf.
Zo is het belangrijk de handen te wassen voor het eten, na toiletbezoek.
Bedek uw neus en mond met een papieren zakdoekje wanneer u hoest of niest, gooi het onmiddellijk weg en was uw handen.

Enkele tips

Het wassen van de handen

> Bevochtig de handen met water.
> Neem 3 tot 4 ml zeep op de handen.
> Wrijf de handen gedurende 30 seconden in, erover wakend dat elk plekje op de handen en de vingers aan bod komt.
> Spoel de handen goed af en dep ze droog met een papieren wegwerphanddoekje.
> Sluit de kraan met het handdoekje zodat de handen niet besmet worden.

Het ontsmetten van de handen

> Neem minimum 3 ml handalcohol.
> Wrijf de handen goed in: de handpalm, de handrug, de vingers, de ruimten tussen de vingers en de vingertoppen.
> Wrijf de handen tot ze droog zijn.

Welke techniek geniet de voorkeur?

Buiten het ziekenhuis volstaat het wassen van de handen.
In het ziekenhuis is het ontsmetten van de handen aangewezen.

Contact

Team ziekenhuishygiëne
Dr. Roos De Smedt
Joeri De Backer
FredDeronne
Caroline Verplancke

e ziekenhuishygiene@azdelta.be
www.azdelta.be

Bron: team ziekenhuishygiëne, 9 april 2019

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 2445-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 20/04/2020**