

## Infobrochure



# Wat kunt u doen om ziekenhuisinfecties te voorkomen?

Basisprincipes van handhygiëne



## Waarom is handhygiëne belangrijk?

Via onze handen vervoeren we miljoenen microben. De meeste zijn onschuldig, maar enkele kunnen schadelijk zijn.

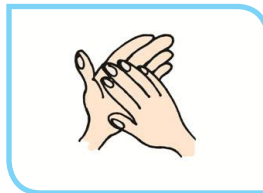
Als de handen van zorgverleners niet proper zijn tijdens de patiëntenzorg, kunnen zij ziekteverwekkende microben overdragen. **Strikte handhygiëne is dan ook een zeer doeltreffende en goedkope manier om de verspreiding van zorginfecties tegen te gaan.**

Niet alleen de zorgverlener, maar ook u hebt baat bij een goede handhygiëne. Vaak is onwetendheid de oorzaak van fouten tegen de basisprincipes van hygiëne.

Ook u kunt bijdragen aan de kwaliteitsvolle patiëntenzorg die het Mariaziekenhuis nastreeft!

## Maatregelen

- Zorg voor een goede algemene hygiëne.
- Was uw handen regelmatig met water en zeep of ontsmet ze met handalcohol.
- Gebruik in het ziekenhuis papieren zakdoekjes en gooi ze na gebruik onmiddellijk weg.
- Bedek altijd uw neus en mond tijdens het hoesten en niezen en was of ontsmet nadien uw handen.
- Loop nooit op blote voeten door het ziekenhuis.
- Vermijd op bezoek te komen als u verkouden of ziek bent.



## Handen wassen

**Het is belangrijk dat u uw handen wast met water en zeep:**

- Vóór een maaltijd.
- Als ze zichtbaar bevuild zijn.
- Als ze bevuild zijn met lichaamsvochten, zoals na het snuiten van de neus en na gebruik van het toilet.



- Gebruik stromend water en vloeibare zeep.
- Wrijf gedurende **40 tot 60 seconden** goed op de boven- en onderkant van uw handen, tussen uw vingers, de vingertoppen en de duimmuizen. Wrijf de handen grondig in zodat u alle delen van de handen bereikt.
- Spoel uw handen goed af onder stromend water zodat alle zeepresten weg zijn.
- Dep ze vervolgens droog met een proper papieren handdoekje.
- Sluit de kraan door gebruik te maken van een papieren handdoekje.

## Handen ontsmetten

**De handen inwrijven met handalcohol is efficiënt, snel en gebruiksvriendelijk.**

In het algemeen wordt handalcohol beter verdragen door de huid dan water en zeep. Als uw handen niet zichtbaar vuil zijn, verdient handalcohol de voorkeur.



- Wrijf gedurende **30 seconden**, met voldoende handalcohol (2x pompen), de handen volledig in tot de handalcohol is opgedroogd.
- Besteed hierbij extra aandacht aan de ruimten tussen de vingers, de vingertoppen, de duimmuis en de polsstreek.

*Durf ook uw arts, kinesist, verpleegkundige of andere zorgverlener te vragen of ze hun handen hebben ontsmet vóór ze u behandelen of verzorgen!*

## Volg deze stappen om handhygiëne toe te passen



Versie: 13 november 2014