

Hygiene-Quickie „30 Sekunden für die Hygiene“ Hinweise zur Händedesinfektion und zum Hautschutz

Unsere Hände – Wir benutzen sie jeden Tag und wie wichtig sie sind, wird einem erst dann so richtig bewusst, wenn sie irgendwann verletzt sind und nicht mehr alles so reibungslos funktioniert.

Insbesondere im Gesundheitswesen sind die Hände täglich verschiedenen „Stressfaktoren“ ausgesetzt: (häufiges) Händewaschen und desinfizieren, regelmäßiges Handschuhe tragen etc. Die Hautpflege kommt oft zu kurz – dabei ist es gerade auch diese, die uns hilft, unsere Hände zu schützen.

Hautreinigung

Die Haut, das mit fast 2 m² größte Organ des Menschen, schützt den Körper mit verschiedenen Schutzmechanismen vor schädlichen Umwelteinflüssen. Sowohl der Säureschutzmantel als auch die Barrierefunktion der Hornschicht wehren viele schädigende Einflüsse ab - sie sind jedoch keine undurchdringlichen Schichten!

Der Hautschutz ist ein Teil des Arbeitsschutzes und umfasst das Tragen von geeigneten Handschuhen bei Verrichtung bestimmter Arbeiten, die „richtige“ Reinigung und Desinfektion der Hände sowie die anschließende Hautpflege.

Gesetzliche und fachliche Grundlagen zur Händehygiene

- Infektionsschutzgesetz
- Richtlinien des Robert-Koch-Instituts (RKI-Richtlinie Händehygiene)
- Technische Regeln Gefahrstoffe TRGS 401 – Gefährdung durch Hautkontakt
- Unfallverhütungsvorschriften GUV-V A1 bzw. BGV A1.
- Berufsgenossenschaftliche Vorschriften (z.B. BGR 250 & TRBA 250)

Bei Feuchtarbeiten, bei Arbeiten, bei denen ein Hautkontakt mit Chemikalien (z.B. Desinfektionsmit-

teln, Ölen, Reinigern, Medikamenten) oder bei allen Arbeiten mit der Gefahr der Kontamination durch Verunreinigungen mit Körperflüssigkeiten (wie z.B. Blut, Ausscheidungen, sonstigen Körpersekreten), müssen Einmalhandschuhe nach DIN EN 455 getragen werden

Durch die Hautreinigung, die spätestens zu Arbeitsende erfolgen sollte, werden **schmutzige**, schädigende Substanzen von der Haut entfernt. Bevor man mit dem Händewaschen beginnt, müssen Ringe und Uhren abgelegt werden.

Generell gilt: Hautreinigungsmittel sparsam verwenden!



Hände mit kaltem oder lauwarmem Wasser anfeuchten, Seife aus einem geeigneten Spender nehmen.



Hände und Unterarme mind. 30 Sekunden sorgfältig einseifen, dabei beide Daumen und die Fingerguppen nicht vergessen!

Bilder: Udo Burkhard

Anschließend den gelösten Schmutz mitsamt dem Reinigungsmittel gründlich mit ausreichend kaltem Wasser abspülen und sorgfältig mit einem Einweghandtuch abtrocknen (nicht trockenrubbeln) und je nach weiteren Aufgaben desinfizieren oder rückfettende Hautpflegemittel verwenden.

Bei hartnäckigen Verschmutzungen können eine (Hand-) Bürste oder Handreinigungs-Pasten verwendet werden.

Händedesinfektion

Mit einer Hautdesinfektion werden pathogene Keime effektiver und gründlicher entfernt und deswegen sollte eher desinfiziert anstatt gereinigt/gewaschen werden. Es müssen Desinfektionsmittel auf Alkoholbasis verwendet werden, die VAH¹-gelistet sind.

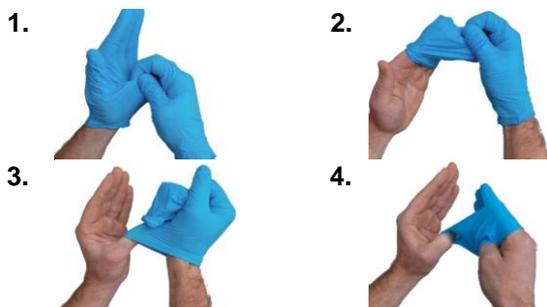
Die fünf klassischen Indikationen für eine Händedesinfektion sind:

1. **Vor** einem direkten Patientenkontakt und dem Anziehen der Handschuhe
2. **Vor** aseptischen Tätigkeiten (z.B. Verbandwechsel)
3. **Nach** Kontakt mit potentiell infektiösem Material
4. **Nach** Patientenkontakt und dem Ausziehen der Handschuhe
5. **Nach** Kontakt mit Oberflächen in der Patientenumgebung

Wie zieht man (potenziell kontaminierte) Einmalhandschuhe aus?

Einen Handschuh in der Handfläche fassen. Zu den Fingern hin abziehen und abgezogenen Handschuh in die Handschuh-Handfläche nehmen.

Mit dem freien Daumen unter den anderen Handschuh fassen und zu den Fingern hin abziehen.



Bilder: Udo Burkhard

Literaturhinweise:

- > Hautschutz – Schutz vor Allergien im Gesundheitswesen
 - ▶ Download über <http://www.gesundheitsamt-bw.de>
- > Hauptsache Hautschutz
 - ▶ Download über <http://www.bgw-online.de>
- > Hautkrankheiten und Hautschutz
 - ▶ Download über <http://publikationen.dguv.de/dguv/pdf/10002/i-8559.pdf>
- > Robert-Koch-Institut
- > Arbeitsschutz im Ehrenamt

¹ Verbund für Angewandte Hygiene

Ablauf der Hygienischen Händedesinfektion mit einem alkoholischen Handdesinfektionsmittel

Bevor mit der hygienischen Händedesinfektion begonnen wird, müssen die Hände vollständig trocken sein und alle Ringe, Uhren u.ä. ausgezogen werden. Die Dauer beträgt mindestens 30 Sekunden und es gilt, Benetzungslücken zu vermeiden – d.h. die Hände müssen auch während der Einreibzeit immer feucht sein!



Das Desinfektionsmittel (5ml, ~ 3 Hübe) in die hohle, trockene Hand geben und dann auf den Handflächen kreisend verreiben (bis zu den Handgelenken).

Dann die jeweiligen Handrücken mit den angefeuchteten Handflächen benetzen und verreiben – die Fingerzwischenräume von innen und außen nicht vergessen!

Mit den Händen den Hakengriff einnehmen und reiben.

Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche kreisend bewegen, dann die gleiche Bewegung mit der linken Hand ausführen.

Rechte Hand umfasst den linken Daumen, kreisend einreiben, dann mit der linken Hand den rechten Daumen umfassen und die gleiche Bewegung ausführen.

Bilder: Udo Burkhard

Tipps zur Hautpflege (Handcreme etc.)

Durch die Reinigung und Desinfektion kommt es auch immer zu einer mehr oder weniger starken Beeinträchtigung des Säureschutzmantels der Haut. Aus diesem Grund sind den meisten Händedesinfektionsmitteln schon rückfettende Substanzen zugesetzt. Allerdings sollte deswegen die Hautpflege nicht gänzlich vergessen werden. Auch schwitzt die Haut im Handschuh zum Teil stark und kann dadurch gereizt und aufgeweicht werden. Deshalb sollte man vor dem Handschuhgebrauch die Hände mit einem nicht fettenden Hautschutzmittel versorgen und dieses gut einziehen lassen.