Händehygiene - Ein guter Weg, um Infektionskrankheiten vorzubeugen.

Der Herbst steht vor der Tür und die Erkältungszeit beginnt wieder. In dieser Jahreszeit ist das Risiko einer Infektion besonders hoch. Jeder kennt die lästigen Symptome einer Erkältung: Schnupfen, Husten, Hals-, Kopf- und Gliederschmerzen, erhöhte Temperatur. Oft sind dies grippale Infekte, vor denen man sich mit einfachen Maßnahmen, wie z.B. das Händewaschen nach dem Toilettengang, schützen kann. Über die Hände werden überwiegend Krankheitserreger übertragen. Deshalb gehört die Händehygiene zu den wichtigsten Maßnahmen zur Verhütung von Infektionen. Sie dient sowohl dem eigenen Schutz als auch dem Schutz der Kollegen.

Händehygiene - Was muss der Betrieb tun?

Der Arbeitgeber ist verpflichtet, die erforderlichen Schutzmaßnahmen zu veranlassen, um einer möglichen Gefährdung der Beschäftigten durch Infektionserreger entgegenzuwirken. Zu den Mindestmaßnahmen, die im Betrieb und auf der Baustelle umgesetzt werden müssen, zählen:

1. Handwaschplatz und Händereinigung

Den Beschäftigten sind leicht erreichbare Handwaschplätze mit fließend warmen und kalten Wasser, Spender für Hautreinigungsmittel und Einmalhandtücher zur Verfügung zu stellen – sowohl im Betrieb als auch auf der Baustelle. Die Hände müssen mit Wasser und Seife gewaschen und anschließend möglichst mit Einmalhandtüchern getrocknet werden:

- ✓ bei sichtbaren Verschmutzungen,
- ✓ vor Pausen,
- ✓ nach Arbeitsende,
- ✓ vor dem Essen,
- ✓ nach dem Toilettenbesuch,
- ✓ nach dem Niesen, Schnäuzen oder Husten in die Hände,
- ✓ nach dem Kontakt mit Gefahrstoffen und Abfällen sowie
- ✓ nach dem Kontakt mit kontaminierten Materialien (z. B. Türklinken, Treppengeländern, Haltegriffen).

2. Hygienische Händedesinfektion

Die Händedesinfektion dient zur Keimabtötung, zur Vermeidung von Kontaminationen (Verunreinigung) und Kreuzinfektionen (Keimverschleppung über Personen, Geräte oder Gegenstände). Dort, wo eine hygienische Händedesinfektion erforderlich ist, sind Desinfektionsmittelspender bereitzustellen. Bei Kontakt mit biologischen Gefahrstoffen müssen vor dem Verlassen des Arbeitsbereiches die Hände desinfiziert werden, um die Kollegen zu schützen. Eine Händedesinfektion ist auch nach jedem Toilettengang zu empfehlen.

Beim Einreiben des Desinfektionsmittels ist zu beachten, dass das Desinfektionsmittel nicht auf nasse Hände gegeben wird (Verdünnungseffekt). Weiterhin dürfen an Händen und Unterarmen keine Schmuckstücke, Ringe und Armbanduhren getragen werden.

Standard-Einreibmethode für die hygienische Händedesinfektion gemäß DIN EN 1500

1. Schritt: Handfläche auf Handfläche.

2. Schritt: Rechte Handfläche über linkem Handrücken und linke Handfläche über rechtem Handrücken.

3. Schritt: Handfläche auf Handfläche mit verschränkten gespreizten Fingern.

4. Schritt: Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen mit verschränkten Fingern.

5. Schritt: Kreisendes Reiben des linken Daumens in der geschlossenen rechten Handfläche und umgekehrt.

6. Schritt: Kreisendes Reiben hin und her mit geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche und umgekehrt.

Quelle: B. Braun Melsungen AG

3. Händepflege:

Der Arbeitgeber hat für bestimmte Tätigkeiten (z.B. bei Feuchtarbeiten) geeignete Hautschutz- und -pflegemittel seinen Beschäftigten zur Verfügung zu stellen. Er muss einen Hautschutzplan zur Auswahl von Produkten für Hautschutz, -reinigung und -pflege erstellen und seine Beschäftigten in deren richtigen Handhabung unterweisen. Keine Cremedosen sondern lieber Tuben sind zu nutzen (Gefahr der Kontamination). Vor Pausen, nach Arbeitsende und so oft wie möglich sollten die Hände eingecremt werden. Denn schon kleinste Hautrisse sind ein Sammelbecken für Mikroorganismen und somit eine Infektionsquelle. Deshalb ist die Händepflege genauso konsequent durchzuführen wie die hygienische Händedesinfektion.

Hygiene zum Thema machen: Unterweisen Sie regelmäßig Ihre Mitarbeiter in der Händehygiene.

Doch auch etwas so Grundlegendes und Einfaches wie das richtige Händewaschen und -desinfizieren will gelernt sein. Deshalb ist es besonders wichtig, dass Betriebe Hygiene-Schulungen und Unterweisungen anbieten, um die Beschäftigten regelmäßig an die Einhaltung der Hygienestandards zu erinnern. Studien haben ergeben, dass durch regelmäßige Unterweisungen in Händehygiene sowie durch das Aufstellen von Desinfektionsspendern die Zahl der Krankmeldungen und Ausfalltage spürbar reduziert werden kann.

Für Fragen und weitere Informationen zur Händehygiene steht Ihnen unser Team von **basik-net** gerne zur Verfügung: Heike Siekmann: h.siekmann@uve.de, Tel: 030 31582465.

Weitere Informationen über Händehygiene finden Sie unter den folgenden Links:

Informationen vom Robert Koch Institut | Hautschutz- und Hygieneplan (BG Bau) | Tipps zum Händewaschen (BZgA)