



Waarom is handhygiëne belangrijk?

Elke persoon draagt micro-organismen of kiemen op en in het lichaam, ze horen bij de mens. De meeste kiemen maken je niet ziek, maar een aantal kunnen infecties veroorzaken. Deze kiemen worden vooral van persoon op persoon overgedragen via de handen. Daarom is het nodig om in het woonzorgcentrum maatregelen te nemen om de overdracht van die kiemen te beperken.

Een goede handhygiëne is dé manier om de verspreiding van de kiemen tegen te gaan.

Een goede handhygiëne is altijd belangrijk, zowel door jou als bewoner als door anderen die bij je langskomen zoals verpleegkundigen, zorgkundigen, artsen, kinesisten, ergotherapeuten, pedicures, kappers, poetspersoneel ... maar ook door bezoekers en vrijwilligers.



TIPS

Bepaalde kiemen kunnen worden verspreid via kleine speekseldruppels of via de lucht bij het hoesten of niezen.

Een goede hoest-, nies- en snuithygiëne?

Zo doe je dat:

- Draai tijdens het hoesten of niezen je hoofd weg van anderen en bedek je neus of mond met een papieren zakdoek.
- Als je geen zakdoek binnen handbereik hebt, nies of hoest dan in je elleboog, niet in je hand.
- Gooi de papieren zakdoek na het hoesten of niezen onmiddellijk in de vuilnisbak.
- Was je handen na het hoesten, niezen of snuiten met water en zeep.

Naar aanleiding van de handhygiëncampagne zijn er in jouw woonzorgcentrum affiches, stickers en wist-je-datjes te vinden.

MEER WETEN?

Surf naar **www.zorginfecties.be** voor meer info over de campagne handhygiëne in woonzorgcentra.



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Samen voor 100% handhygiëne



**Handhygiëne in woonzorgcentra
in de strijd tegen zorginfecties.**

**DEPARTEMENT
ZORG**

zorginfecties.be

Je woonzorgcentrum neemt deel aan de handhygiënecampagne van de Vlaamse overheid.

Door een correcte handhygiëne kunnen we de verspreiding van infecties tegengegaan.

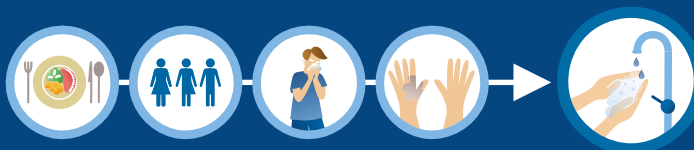
In deze folder vind je meer informatie over deze campagne.



Wanneer en hoe handhygiëne toepassen?

Door jou als bewoner

Ook jij als bewoner kan de overdracht van kiemen beperken door een goede handhygiëne toe te passen. Daarom is het belangrijk om je handen te wassen met water en zeep:



- vóór (de bereiding van) een maaltijd;
- na toiletgebruik;
- na hoesten, niezen, snuiten;
- bij zichtbaar bevulde handen.

Aandachtspunten voor jou



Was je handen grondig met water en zeep. Wrijf daarbij goed op de boven- en onderkant van je handen, tussen je vingers, en vergeet je duimen niet.



Spoel je handen goed af onder de kraan zodat alle zeepresten verwijderd worden.



Droog je handen af met een persoonlijke handdoek of in de gemeenschappelijke (sanitaire) ruimten met een wegwerphanddoekje.

Door de personen die je verzorgen

Omdat kiemen vooral overgedragen worden via de handen, moeten de handen en onderarmen van de personen die je verzorgen proper en vrij zijn van juwelen of polshorloges. Daarnaast gebruiken de zorgverleners in bepaalde situaties ook handalcohol of handschoenen, bijvoorbeeld:

- vóór en na de zorg van elke bewoner worden de handen ontsmet met handalcohol;
- bij mogelijk contact met bloed, urine, stoelgang, speeksel ... worden handschoenen gedragen;
- na het correct uittrekken van de handschoenen worden de handen ontsmet met handalcohol.

Basisvoorwaarden voor goede handhygiëne bij de personen die je verzorgen



Kortgeknipte en propere nagels; geen kunstnagels of nagellak



Geen juwelen of polshorloges



Korte mouwen



Afgedekte wondjes