

Liebe Patienten

Das Krankenhaus ist ein besonders hygienerelevanter Bereich. Hier können vor allem Patienten mit einem geschwächten Immunsystem liegen. Daher spielt Ihr korrektes hygienisches Verhalten eine zentrale Rolle für Sie und Ihre Mitpatienten.

Krankheitserreger im Krankenhaus - Was Sie wissen sollten!

Alle Bakterien (Patienteneigene - Darm und Haut - und Fremde aus der Umgebung) können für Sie gefährlich werden und eine Infektion verursachen. Bei einem geschwächten Immunsystems ist es besonders wichtig, dass Sie gewisse Hygieneregeln beachten.

In dieser Broschüre erfahren Sie, wie Sie sich im Krankenhaus schützen können.

Für gesunde Menschen ist der Kontakt zu Krankheitserregern in der Regel völlig ungefährlich. Gefährdet sind vor allem Menschen mit geschwächten Abwehrkräften.

Richtiges Verhalten

Um sich vor Infektionen zu schützen, sollten Sie sich im Krankenhaus vor allem regelmäßig die Hände waschen, desinfizieren und folgende Hygieneregeln auf Station einhalten.

Was Sie selbst tun können:

1. **Korrekte Händedesinfektion**
2. **Hygiene Regeln im Patientenbad beachten**
3. **Hygiene Regeln im Umgang mit Getränken und Lebensmitteln**

Desinfizieren Sie sich bitte Ihre Hände vor allem auf der Station:

- *Vor dem Betreten und Verlassen der Station*
- *Nach dem Toilettengang*
- *Nach dem Niesen/Husten*
- *Vor der Benutzung der Teewagen/ Tafelwasserautomaten*
- *Vor möglicher Hilfestellung für einen Mitpatienten*



© LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com

Titelbild: © Robert Poorten - stock.adobe.com



Impressum:

Herausgeber: Institut für Infektionsmedizin und
Krankenhaushygiene

PD Dr. Stefan Hagel, apl. Prof. Dr. Sebastian Scholl, Nadin Haupt,
Kristin Büchel, Benjamin Pältz, Dr. Michael van der Wall,
Frank Schubert, Carolin Berg, Veit Kinne

Hygiene-Ratgeber für Patienten

Korrekte Händedesinfektion/-hygiene

Standard-Einreibemethode für die hygienische Händedesinfektion gem. EN 1500



1. Schritt

Handfläche auf Handfläche

Achtung: Inklusive Handgelenk



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 rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt



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

Die Hände spielen bei der Übertragung von Krankheitserregern eine sehr wichtige Rolle. Das UKJ stellt Ihnen Spender für Händedesinfektion zur Verfügung, z.B. auf den Stationsgängen, auf den Toiletten sowie vor bzw. in den Patientenzimmern.

In der Grafik sowie im QR-Code möchten wir Sie über die korrekte Händedesinfektion informieren.



Hygieneregeln im Patientenbad

Siphons (Geruchsverschlüsse) in Waschbecken enthalten grundsätzlich Biofilme („Schleimschicht“), in denen Bakterien sehr gut wachsen können.

Wird nun der Wasserhahn geöffnet, strömt das frische Wasser in das Abwasserrohr und in den Siphon. Dabei strömt die Luft über dem Siphon nach oben aus dem Waschbecken heraus, und reißt gleichzeitig Bakterien mit nach oben. Diese sind in einem Umkreis von ca. 1,5 m um das Waschbecken nachweisbar und können die Ursache von Infektionen sein, vor allem bei Patienten mit einem geschwächten Immunsystem. Aber auch andere abwasserführende Systeme wie der Duschablauf und die Toilette können ein Erregerreservoir für Krankheitserreger darstellen.



© macrovector - stock.adobe.com

Vermeiden Sie daher Spritzwasser aus dem Siphon!

Bitte befolgen Sie folgende Hinweise:

- Bei dem Zähneputzen am Waschbecken das Wasser nicht laufen lassen.
- Nach dem Toilettengang den WC-Deckel schließen und danach erst die Wasserspülung tätigen.

Hygieneregeln für den Umgang mit Getränken und Lebensmitteln

Bitte befolgen Sie auf Station bei dem Umgang mit Getränken und Lebensmitteln folgende Hygieneregeln:

- Vor der Benutzung des Wasserautomaten, der Entnahme von Kaffee, heißem Wasser oder beim Umgang mit Lebensmitteln immer die Hände desinfizieren.
- Verwenden Sie bei jeder Wasserentnahme am Tafelwasserautomaten eine neue Plastikwasserflasche.
- Wenn Sie Getränke oder Lebensmittel im Patientenkühlschrank einlagern oder entnehmen:
 - Desinfizieren Sie zuvor immer Ihre Hände.
 - Beschriften Sie Ihre Lebensmittel/Getränke mit Namen und entsorgen diese bei Entlassung.

Wenn Sie Fragen haben oder mehr Informationen benötigen, sprechen Sie uns gerne an. Ihr Stationsteam.