

Voor uitgebreide informatie:

Bezoek ook deze website

www.haendehygiene.de

CWS

CWS Nederland B.V.

De Beverspijken16 NL-5221 ED 's-Hertogenbosch
Tel. +31 (0)73 6 338 338 Fax +31 (0)73 6 338 339

www.nl.cws.com info.nl@cws.com



Handhygiëne

**Efficiënte beskerming
tegen besmetting**



Handhygiëne

Uitgegeven door:

CWS Nederland B.V. | De Beverspijken 16 | 5221 ED , 's-Hertogenbosch

Tel. +31 (0)73 6 338 338 | Fax +31 (0)73 6 338 339

www.nl.cws.com | info.nl@cws.com

Beste lezer,

Handhygiëne is de belangrijkste en efficiëntste manier om griep en vele andere ziekten te voorkomen. Het is bewezen dat tot 80% van alle besmettelijke ziekten via de handen wordt verspreid. Mexicaanse griep en aanverwante varianten worden letterlijk van hand tot hand doorgegeven. Daarom moeten handen regelmatig ontsmet worden. Maar omdat desinfecteren dikwijls niet mogelijk is, is grondig wassen van de handen vaak het enige effectieve middel tegen besmettingen.

In deze brochure is te lezen waar men op moet letten bij het handen wassen en desinfecteren. Ook wordt vermeld hoe bedrijfstoiletten uitgerust zouden moeten zijn en aan welke wettelijke voorschriften deze moeten voldoen. Bovendien bevat dit boekje informatie over besmettingspreventieplannen op het werk.



Met vriendelijke groet,

Dr. Klaus-Dieter Zastrow

Doctor for Hygiene and Environmental Medicine

DGKH – German Society for Hospital Hygiene

Handen wassen - de juiste keuze!

Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) wordt $\pm 80\%$ van alle besmettelijke ziekten overgebracht door de handen en daalt het risico op aandoeningen aan de luchtwegen met 45% door de handen op een juiste manier te wassen. Om het belang van een goede handhygiëne te benadrukken, riep de WHO in 2009 de datum 5 mei uit tot jaarlijkse Internationale Dag van het handen wassen. 40 Seconden, wat water, zeep en een schone handdoek volstaan om u te beschermen tegen ziektekiemen zoals Mexicaanse griep en andere besmettelijke aandoeningen. Een recent rapport van het onderzoeksinstituut Labor Enders* bewijst bijvoorbeeld dat $99,99\%$ van de A/H1N1-virussen verdwijnen door de handen goed te wassen.

Kies voor de juiste methode. Gebruik zeker zeep en doe het allemaal: inzepen, wrijven, spoelen en drogen. Enkel zo bereikt u het gewenste resultaat. De tekening verderop dubbele toont precies hoe u hoe te werk moet gaan.

Handen wassen - wanneer en hoe vaak?

De handen moeten zeker gewassen worden:

- > voor het eten
- > na gebruik van het toilet
- > na niezen, snuiten en hoesten
- > na contact met afval
- > als men van buiten naar binnen komt
- > na contact met materialen zoals handgrepen in het openbaar vervoer of tuinafval
- > na het aanraken van dieren
- > na ziekenbezoek of contact met spullen van zieke mensen.

* Eggers, Maren: Study Report to Compare Methods of Drying Hands, Part 1: Influenza H1N1/Brisbane, Stuttgart 2009.

Hygiëne in noodsituaties

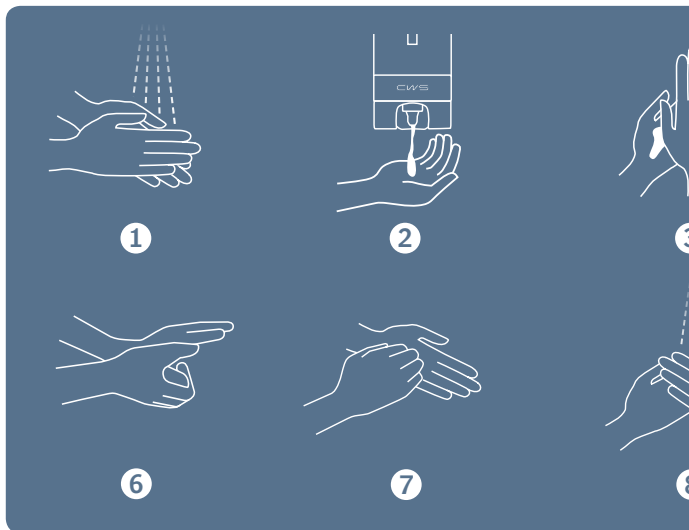
Besmettingspreventie op de werkplek is voor bedrijven een waardevolle investering omdat het risico voor hen zeer hoog kan oplopen. Mensen brengen veel tijd door op de zaak en komen vaak in nauw contact met collega's, klanten en leveranciers. Tegelijkertijd lijdt de productiviteit onder hoog ziekteverzuim wat weer leidt tot financiële verliezen.

Deskundigen van gezondheidsdiensten, bedrijfsgeneeskundige diensten en bedrijfsartsen ondersteunen bedrijven met de voorbereiding van een rampenplan.

Het doel van besmettingspreventieplannen op het werk begint met het bepalen en implementeren van maatregelen, zodat het bedrijf kan anticiperen op een abnormaal hoog ziekteverzuim.



Handen wassen - zo doe je dat!



- 1 Verwijder juwelen. Maak uw handen nat onder stromend water.
- 2 Neem een portie zeep/zeepschuim uit de dispenser en verdeel dit over heel de handen.
- 3 Goed wrijven en opschuimen.
- 4 Verdeel het schuim over handen en vingers.



3



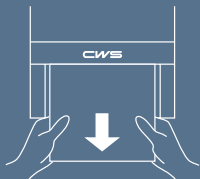
4



5



8



9

- 5 Reinig polsen, vingers en de rug van de handen.
- 6 Geef aandacht aan het gedeelte tussen duim en wijsvinger.
- 7 Bewerk de vingernagels door deze in de handpalm te wrijven.
- 8 Goed afspoelen onder stromend, warm water.
- 9 Zorgvuldig afdrogen, ook tussen de vingers.

Kies hiervoor altijd een ongebruikt stuk katoen uit een automaat met terugtrekmechanisme of met een papieren handdoekje.

Duitstalige bronnen over het juist drogen van de handen:

Workplace Guidelines for Washrooms (ASR 35/1-4) | European Food Hygiene Regulations (Regulation (EG) No. 852/2004) Appendix II; Chapter I | Statement by the Commission for Hospital Hygiene and Infection Prevention at the Robert Koch Institute (RKI), Bundesgesundheitsblatt, 2000

Handen drogen - de juiste manier voor optimale handhygiëne

Na het wassen is het echt nodig om de handen te drogen. Hygiënedeskundigen adviseren daarvoor handdoeken voor éénmalig gebruik. Dit is de enige manier om besmettingen met bevuilde materialen te voorkomen.

Thuis zouden handdoeken slechts door één persoon gebruikt mogen worden. In openbare, bedrijfs-, en gastentoiletten zijn systemen voor éénmalig gebruik noodzakelijk om de handen te drogen. Handdoeken van katoen of papier moeten beschikbaar zijn. Volgens een recent rapport van het privé onderzoeksinstituut Labor Enders* voorkomt dit, mits onder hygiënische omstandigheden, ook besmetting door het H1N1-virus.

De doorslaggevende factor is dat handdoeken maar eenmalig gebruikt mogen worden. Daarom worden in het bijzonder automaten met **tweekamer systeem en/of met terugtrekfunctie aangeraden**. Deze systemen scheiden het gebruikte deel van het schone en trekken de gebruikte portie handdoek automatisch terug na het drogen. Dit verhindert het overbrengen van virussen en bacteriën op andere personen. Non-Touch automaten bieden sowieso een hoger niveau van hygiëne en comfort.

Het Robert Koch instituut bevestigt dat kaonen handdoekautomaten voldoen aan alle hygiëne-eisen voor het drogen van handen**

* Eggers, Maren: Study Report to Compare Methods of Drying Hands, Part 1: Influenza H1N1/Brisbane, Stuttgart 2009

** Source: Letter from the Robert Koch-Institute, July 2009, s. <http://www.haendehygiene.de/index.php?id=25>



Handontsmetting - voor extra hygiëne

Het gebruik van handontsmettende middelen wordt in de eerste plaats aanbevolen als aanvulling op het regelmatig wassen van de handen en ten tweede om te voldoen aan de algemene voorzorgsmaatregelen van openbare instellingen en voorzieningen waar de hygiëne eisen bijzonder hoog liggen (bv. de voedselindustrie). In de medische wereld en de voedselproductie is het desinfecteren van de handen verplicht.



Zes stappen voor hygiënische handontsmetting

Maak uw handen volledig nat, d.w.z. ook handpalm en -rug, met een op alcohol gebaseerde ontsmettende oplossing en wrijf als volgt:

1. Wrijf de palm van de ene hand tegen de andere, ook de polsen
2. Wrijf de rechter handpalm over de linker handpalm en vice versa
3. Haak de vingers in elkaar en wrijf beide handpalmen over elkaar.
4. Wrijf de buitenzijde van de vingers op de tegenovergestelde handpalm.
5. Wrijf de rechter duim al draaiend n.l. in de gesloten linker handpalm en doe hetzelfde met de andere duim.
6. Wrijf de toppen van de rechtse vingers afwisselend op de linker handpalm en herhaal deze procedure met de linker vingers.

N.B. De handen moeten gedurende de volledige duur van de behandeling vochtig blijven van het desinfecteringsmiddel (ong. 3 ml per keer en voor de duur van min. 30 seconden).

Hoe buitenshuis handen reinigen?

Zowel in een winkel, bus of metro is de kans groot dat u in contact komt met vervuilde oppervlakten zoals boodschappenwagentjes, handgrepen en leuning. In die situaties is het niet altijd mogelijk om uw handen direct te wassen.

Deskundigen adviseren daarom om een flesje met een handontsmettend middel op zak te hebben. Zakflesjes van 100 tot 200 ml zijn, naast sanitaire dienstverlener CWS, ook te koop in apotheken, gespecialiseerde winkels en via internet.

Nuttige informatie bij het gebruik van handontsmettende middelen

Houd rekening met onderstaande informatie als u ontsmettingsmiddelen gebruikt:

- > Gebruik nooit een dergelijk product op een open wond of op slijmvliezen.
- > Desinfecterende middelen zijn snel ontvlambaar.
- > Spuit nooit ontsmettingsmiddelen in de buurt van vuur.
- > Bewaar deze producten onder 25°C en uit de buurt van ontvlambare producten.
- > Bewaar desinfecterende middelen altijd buiten het bereik van kinderen.
- > Gebruik deze middelen niet wanneer de vervaldatum is overschreden.

