



HYGIENE SCHÜTZT

HYGIENE ist für die Begleitung im ehrenamtlichen Bereich in Gesundheitseinrichtungen von großer Bedeutung. Hygiene dient dem eigenen Schutz und dem Schutz der Betreuenden.

Demzufolge ist es sehr wichtig, dass mit dieser Broschüre relevante Hygienefragen aus dem Begleitungsalltag, unter besonderer Berücksichtigung der Händehygiene zur Verfügung stehen.

WARUM HYGIENE?

Mikroorganismen gehören zum menschlichen Leben und viele sind in der häuslichen Umgebung für gesunde Menschen meistens harmlos. Wir kommen täglich mit Bakterien, Viren oder Pilzen in Berührung. Sie befinden sich auf Oberflächen, Gegenständen und besonders auf unseren Händen. Infektionen mit solchen Keimen werden vor allem dann ausgelöst, wenn Menschen immungeschwächt sind oder wegen einer Krankheit behandelt werden müssen.

Potentielle ANSTECKUNGSQUELLEN bei speziellen Infektionskrankheiten und Tätigkeiten

- Atemwege
- Ausscheidungen
- Blut/Sekrete
- Haut/Schleimhaut

VORBEUGEMAßNAHMEN durch

- **Dispositionsprophylaxe**
Ihr Prinzip besteht darin, die eigenen Abwehrkräfte so zu beeinflussen, dass das Risiko einer Erkrankung (oder Infektion) ausgeschlossen/minimiert werden kann.
 - **Impfung**
 - Wissen
 - Entspannung
 - Stress-Ausgleich
 - gesunde Ernährung
 - ausreichend Schlaf
- **Expositionsprophylaxe**
Ihr Prinzip besteht darin, die Umwelt/Umgebung so zu beeinflussen, dass das Risiko einer Erkrankung (oder Infektion) ausgeschlossen/minimiert werden kann.
 - Händedesinfektion
 - Schutzkleidung
 - Einmalhandschuhe
 - Mundschutz
 - Flächendesinfektion

SCHUTZIMPFUNGEN

Schutzimpfungen sollen entsprechend der aktualisierten Empfehlung des Bundesministeriums für Gesundheit erfolgen. Für ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen werden die Impfeempfehlungen für Gesundheitspersonal empfohlen.

https://www.bmgf.gv.at/home/Impfeempfehlungen_Gesundheitspersonal

HÄNDEHYGIENE

Die Händehygiene setzt sich aus vier Elementen, dem Händewaschen, der Händedesinfektion, dem Händeschützen durch Handschuhe und der Handpflege zusammen, die entweder alleine oder in Kombination angewendet werden.

In Gesundheitseinrichtungen wird die **Händedesinfektion** empfohlen. Einen Ausnahmefall würde eine sichtbare Verschmutzung der Hände darstellen. In diesem Fall müsste man sich die Hände waschen.

Die wichtigsten INDIKATIONEN für eine HÄNDEDESINFEKTION

- **Vor Kontakt mit Betreuenden**
Warum? Um den Betreuenden vor der Übertragung von Erregern auf Ihren Händen zu schützen.
- **Nach Kontakt mit Betreuenden**
Warum? Zu Ihrem eigenen Schutz und dem Schutz der erweiterten Umgebung des Betreuenden und aller nachfolgenden Kontakte mit Menschen.
- **Nach Kontakt der unmittelbaren Umgebung des Betreuenden**
Warum? Zu Ihrem eigenen Schutz und dem Schutz der erweiterten Umgebung des Betreuenden und aller nachfolgenden Kontakte mit Menschen vor potentiell krankmachenden Keimen.
- **ggf. nach Husten, Niesen, Schnäuzen und dem WC-Gang**

WIE DESINFIZIERE ICH MEINE HÄNDE RICHTIG?

- **Ausreichend Händedesinfektionsmittel auf die trockenen Hände** geben und in der Handinnfläche und auf dem Handrücken verreiben.
- Diese **Bewegungen 30 Sekunden ausführen**, da dies die Einwirkzeit ist.

Nicht vergessen:

Beim Verreiben die Fingerzwischenräume, Daumen, Nagelpfalz und Fingerkuppen besonders beachten.



© ASH

AKUTE ERKRANKUNGEN

Falls Sie an einer akuten Infektionserkrankung leiden (z.B. Durchfall, Verkühlung), dann bitten wir Sie, bis zur vollständigen Genesung, von einem Besuch Abstand zu nehmen.

Sollten Sie noch weitere Fragen oder Anregungen betreffend Hygiene haben, dann wenden Sie sich bitte an das Personal vor Ort oder das Hygieneteam der GGZ.

Christian Pux

DGKP / Hygienefachkraft/ akademischer Experte in der Krankenhaushygiene

Tel.: +43 316 7060 - 1205

christian.pux@stadt.graz.at