



Het belang van goede handhygiëne

De verspreiding van infecties vindt voornamelijk indirect plaats. Via de handen van jou, als hulpverlener, worden ziekteverwekkende micro-organismen overgebracht van de ene patiënt naar de andere.

Een goede handhygiëne is de belangrijkste maatregel om de kans op verspreiding van ziekteverwekkers via de handen te verkleinen. 15 tot 30% van de ziekenhuisinfecties kan hierdoor worden voorkomen.

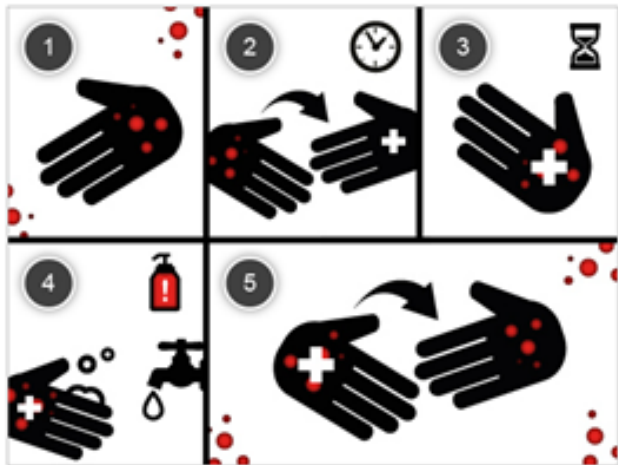
Toch worden de richtlijnen voor handhygiëne maar voor gemiddeld 20% nageleefd. Vaak wordt als reden opgegeven: te weinig tijd, het nut is niet direct waarneembaar, anderen doen het ook niet of het wordt vergeten.



Overdragen van ziekteverwekkers

Het overdragen van ziekteverwekkers kan worden onderverdeeld in vijf opeenvolgende stappen:

1. Er zijn pathogene micro-organismen aanwezig op de huid van de patiënt, of de directe omgeving is besmet met pathogene micro-organismen afkomstig van de patiënt.
2. Deze micro-organismen worden overgedragen naar de handen van de hulpverlener. Hoe langer de zorg duurt, hoe groter het aantal overgedragen micro-organismen.
3. De micro-organismen kunnen minstens enkele minuten op de handen van de hulpverlener overleven.
4. Handhygiëne wordt niet of niet juist uitgevoerd of de zeep of het desinfectans is niet geschikt.
5. De besmette handen van de hulpverlener komen in direct contact met een andere patiënt of met een voorwerp dat in contact komt met een andere patiënt.





Handdesinfectie met handalcohol

Handdesinfectie met handalcohol zorgt voor een snelle reductie van de huidflora. Handalcohol werkt -in tegenstelling tot zeep- kiemdodend, op slechts enkele soorten na.

In vergelijking met handreiniging met water en zeep heeft desinfectie een duidelijk hoger reducerend vermogen; het kost minder tijd, kan op de plaats van verzorging worden uitgevoerd (omdat er geen wastafel nodig is) en veroorzaakt minder huidirritatie.

Handalcohol heeft daarentegen geen reinigend effect en is niet geschikt wanneer de handen zichtbaar verontreinigd zijn.

Neem 3ml alcoholgel (twee keer pompen) en wrijf je handen gedurende 30 sec. over elkaar.



Handdesinfectie met Dax Clinical handalcohol



Handreiniging met water en zeep



Handreiniging met water en zeep

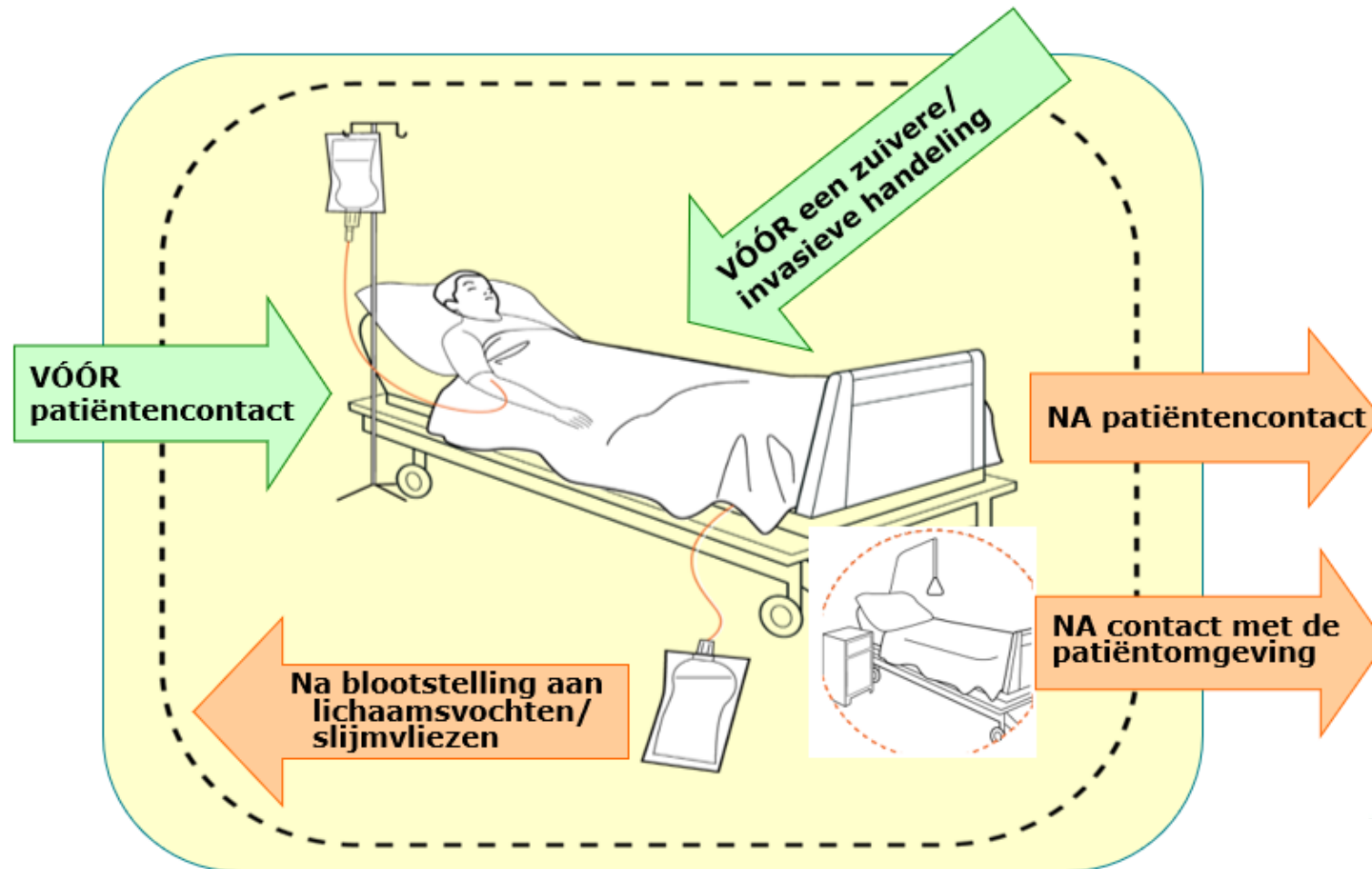
Handreiniging met water en zeep verwijdert oppervlakkig vuil, huidschilfers en een deel van de huidflora. Door de zeep lost het vuil op in water en kan het worden weggespoeld.

Gewone zeep doodt -in tegenstelling tot desinfectans- de micro-organismen niet. Maar wanneer de handen grondig worden gewassen, wordt de huidflora voor het grootste gedeelte mechanisch weggespoeld.

Het is belangrijk dat na handreiniging met water en zeep de handen zorgvuldig worden gedroogd, omdat vochtige handen de overdracht van micro-organismen juist bevorderen.



5 momenten voor handhygiëne





1) Vóór patiëntencontact

Vóór ieder rechtstreeks contact met een patiënt moet handhygiëne toegepast worden.

Handhygiëne pas je toe ná het laatste handcontact buiten de directe omgeving van de patiënt en vóór het eerste contact met de patiënt of de directe omgeving van de patiënt.

Wanneer je na het contact met de vorige patiënt handhygiëne hebt toegepast en in de tussenliggende tijd geen contact meer hebt gehad met de omgeving, hoef je niet opnieuw handhygiëne toe te passen.

Voorbeelden van dit patiëntencontact zijn:

- de patiënt een hand geven
- de patiënt wassen
- helpen met lopen
- pols voelen
- ausculteren
- palperen van de onderbuik
- de bloeddruk meten





2) Vóór zuivere/invasieve handeling

VOOR het uitvoeren van een zuivere/invasieve handeling.

Tijdens de verzorging van een patiënt moet er vaak een 'schone' of aseptische handeling worden uitgevoerd. Handhygiëne pas je opnieuw toe **direct** vóór het uitvoeren van deze handeling of vóór het contact met een instrument wat de huidbarrière van de patiënt passeert (bijvoorbeeld een injectie of bloedsuiker prikken).

Wanneer je handschoenen draagt, moet de handhygiëne voor het aantrekken van de handschoenen worden uitgevoerd.

Handhygiëne pas je ook opnieuw toe bij de verplaatsing van de zorg van een 'besmette' lichaamsplek naar een 'schone' lichaamsplek en bij de overgang van een 'vuile' handeling naar een 'schone' handeling.

Voorbeelden hiervan zijn:

- Mondverzorging
- het klaarmaken van voeding, medicatie en verbanden
- wondverzorging
- subcutaan injecteren
- een katheter aanleggen





3) Na blootstelling aan lichaamsvochten/slijmvliezen

NA potentiële blootstelling aan lichaamsvochten/slijmvliezen.

Handhygiëne doe je **direct** ná mogelijk contact met lichaamsvloeistoffen, -excreties, slijmvliezen, niet-intacte huid of wondverbanden. Handhygiëne moet worden uitgevoerd voordat je met iets anders in contact komt.

Handhygiëne pas je opnieuw toe bij de verplaatsing van de zorg van een 'besmette' lichaamsplek naar een 'schone' lichaamsplek en bij de overgang van een 'vuile' handeling naar een 'schone' handeling.

Bij het gebruik van handschoenen, moet de handhygiëne na het uittrekken van de handschoenen worden toegepast.

Voorbeelden hiervan zijn:

- mondverzorging
- het afnemen van lichaamsvloeistoffen
- wondverzorging
- het verwijderen van urine, feces en braaksel
- het opruimen van afval (verbanden, incontinentiemateriaal)





4) Na patiëntencontact

NA patiëntencontact.

Bij het verlaten van een patiënt na één of meerdere rechtstreekse contacten dient handhygiëne te worden toegepast.

Voorbeelden:

- na het meten van parameters (bloeddruk, pols, ...)
- na het bieden van hulp bij het aankleden





5) Na contact met patiëntenomgeving

NA contact met de directe patiëntenomgeving.

Handhygiëne pas je toe ná contact met de directe omgeving van de patiënt, ook zonder contact met de patiënt zelf.

De directe omgeving van de patiënt omvat alles in de omgeving dat is aangeraakt door of in direct contact is met de patiënt. Hieronder vallen ook besmette voorwerpen die zijn verwijderd uit de directe omgeving van de patiënt om te worden ontsmet of weggegooid. Verder vallen oppervlakken die vaak worden aangeraakt door zorgverleners tijdens de verzorging van de patiënt onder de directe omgeving.

Voorbeelden van contact met de directe omgeving van de patiënt zijn:

- het verschonen van beddengoed
- het opruimen van het tafeltje
- het aanpassen van de infuussnelheid





Handdesinfectie versus handreiniging

Handdesinfectie met handalcohol

Wanneer je handen niet zichtbaar verontreinigd zijn, heeft **handdesinfectie** in de vijf momenten de **voorkeur** boven handreiniging.

In de volgende gevallen wordt er **altijd** voor handdesinfectie gekozen:

- Vóór contact met een patiënt in beschermende isolatie.
- Vóór het uitvoeren van een 'zuivere' of aseptische handeling.
- Wanneer de handelingen in de volgorde van 'vuil' naar 'schoon' plaatsvinden, bijvoorbeeld het verwisselen van een verband.

Handreiniging met water en zeep

Handreiniging heeft -in tegenstelling tot handdesinfectie- een reinigende werking.

Handreiniging moet worden toegepast:

- Na niezen of hoesten.
- Wanneer je handen zichtbaar verontreinigd zijn met vuil of lichaamsvloeistoffen.
- Wanneer je handen plakkerig aanvoelen.
- Na een bezoek aan het toilet.
- Na mogelijk contact met **sporenvormende pathogenen** (onder andere de bacterie *Clostridium difficile*), **Scabiës** (schurft) of het **Norovirus**.



Basisvoorwaarden voor een correcte handhygiëne (1)

- **Nagels**

Nagels moeten kortgeknipt en schoon zijn. Vuil onder de nagelrand moet worden verwijderd. Scherpe randjes en haakjes aan de nagels moeten zoveel mogelijk worden vermeden, omdat dit de kans op beschadigingen aan de handschoenen vergroot. Kunstnagels en nagellak zijn niet toegestaan, omdat kunstnagels een goede handhygiëne belemmeren en nagellak en kunstnagels tot meer bacteriën op de handen kunnen leiden.

- **Sieraden**

Armbanden, polshorloges en ringen mogen niet worden gedragen. Ze belemmeren een goede uitvoering van de handhygiëne, doordat de huid onder de ringen, armbanden en horloges niet voldoende kan worden gereinigd. Daarnaast is het aantal bacteriën, waaronder ook pathogenen, op de huid onder ringen, armbanden en polshorloges hoger dan op de rest van de handen. Een piercing die hinderlijk is bij het toepassen van goede handhygiëne moet worden uitgedaan.



Basisvoorwaarden voor een correcte handhygiëne (2)



- **Kleding**
De onderarmen mogen niet bedekt zijn, zodat de handhygiëne juist kan worden uitgevoerd. Er mag dus geen kleding met lange mouwen worden gedragen. Kleding met korte of opgerolde mouwen is wel toegestaan.
- **Wondjes**
Wondjes moeten afgedekt worden met ondoordringbaar verband.



Werkwijze handdesinfectie met handalcohol

Neem 3 ml handalcoholgel (2x pompen)

**CORRECT
HANDEN
ONTSMETTEN
IN 20 À 30
SECONDEN:**



1 Neem een voldoende ruime hoeveelheid handalcohol.



2 Wrijf de handpalmen tegen elkaar.



3 Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.



4 Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.



5 Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.



6 Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.



7 Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in, in de palm van de andere hand.



Werkwijze handen wassen met water en zeep

CORRECT HANDEN WASSEN IN 40 À 60 SECONDEN:



1 Bevochtig de handen met water en neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep.



2 Wrijf de handpalmen tegen elkaar.



3 Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.



4 Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.



5 Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.



6 Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.



7 Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in, in de palm van de andere hand.



8 Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden.



9 Droog de handen af met een wegwerphanddoekje.



10 Sluit de kraan met het handdoekje zodat je handen niet opnieuw besmet geraken.





Kennistest

Via [deze link](#) komt u terecht bij de vragen over dit onderwerp

Indien u minder dan 80% haalt, moet u de vragen opnieuw doorlopen.

Succes!