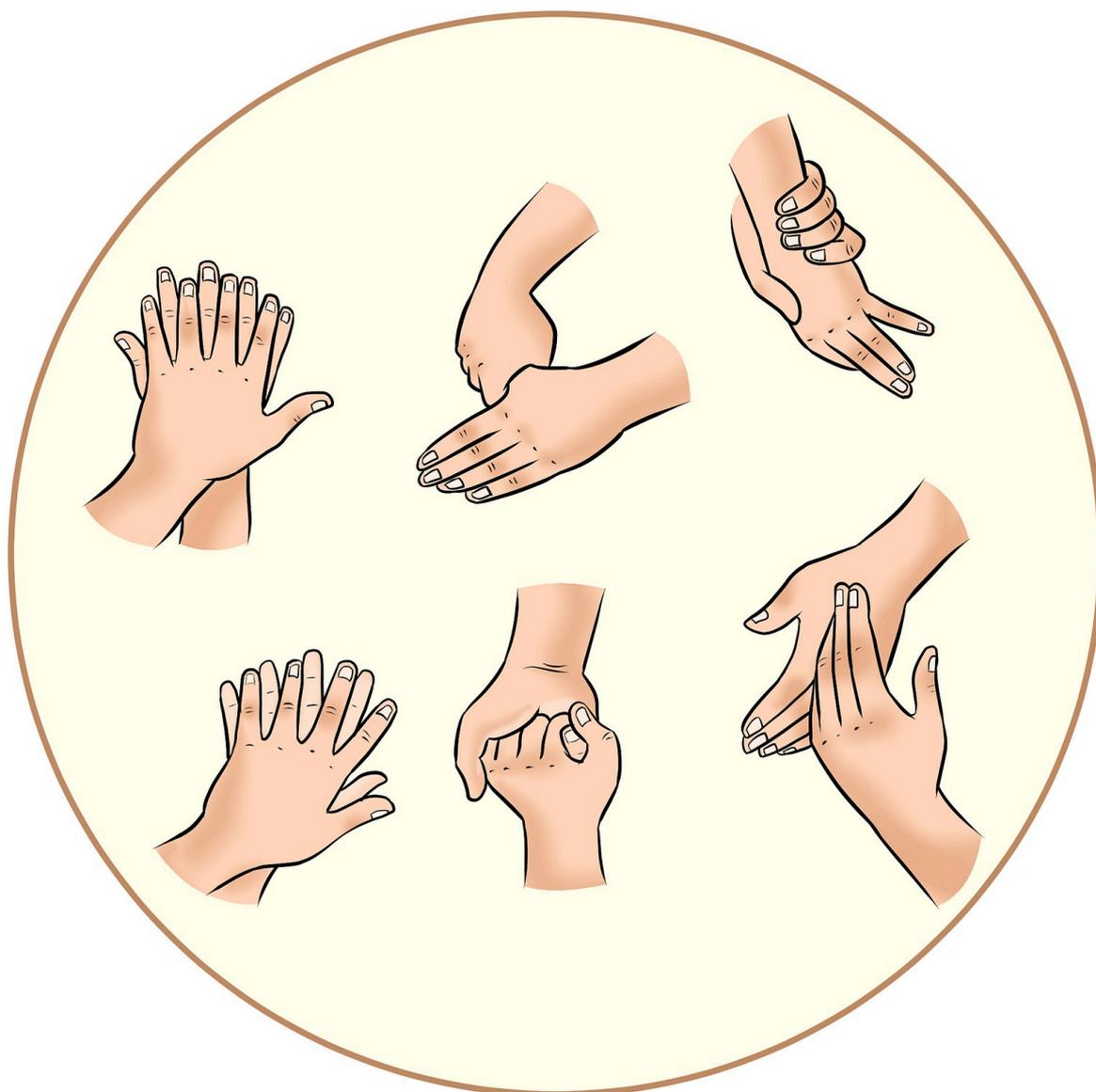


**Klinikum**  
Neumarkt

# Hygiene-Informationen

für Patienten, Angehörige und Besucher



Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

# Händehygiene

Die Händehygiene ist im Krankenhaus eine wichtige Maßnahme, um einer Übertragung von krankmachenden Erregern vorzubeugen. Die Übertragung erfolgt in aller Regel von Mensch zu Mensch oder über Kontaktflächen wie Griffe oder andere Flächen.

Im Krankenhaus dient die Händedesinfektion dem eigenen Schutz und dem Schutz anderer Personen. Wir möchten Sie hier kurz über die wichtigsten Fakten zur Händehygiene im Krankenhaus aufklären.

## Händewaschung

Händewaschen ist gründlich, wenn man es richtig macht, aber in hygienisch sensiblen Bereichen wie einem Krankenhaus hat die Händedesinfektion einige Vorteile:

- Händedesinfektionsmittel sind immer und an fast jedem Ort verfügbar und nicht an ein Waschbecken gebunden
- Desinfektion ist effektiver und schneller als das Händewaschen
- die Haut wird weniger belastet als beim Händewaschen

Waschen Sie Ihre Hände gründlich

- nach dem Toilettengang,
- wenn die Hände mit Blut, Eiter oder anderen Verunreinigungen verschmutzt sind.

Waschen Sie sich die Hände mit flüssiger Seife aus dem Seifenspender mindestens 30 Sekunden, um Schmutz und andere Verunreinigungen von den Händen oder der Haut zu lösen und mit Wasser abzuspülen.

## **Händedesinfektion**

Unter einer Händedesinfektion versteht man das Einreiben der Hände mit einem Desinfektionsmittel. Dabei werden die auf den Händen befindlichen Erreger (z.B. Bakterien, Viren und Pilze) abgetötet. Die Desinfektionsmittel sind speziell für die Anwendung an den Händen entwickelt worden und enthalten auch Substanzen zum Hautschutz.

Unseren Patienten, deren Angehörigen und unseren Besuchern empfehlen wir, die Hände regelmäßig zu desinfizieren, da Sie im Krankenhaus Kontakt zu verschiedenen Krankheitserregern haben können.

### **Wann sollte ich meine Hände desinfizieren?**

- vor dem Verlassen des Zimmers und nach der Rückkehr ins Zimmer
- beim Betreten und Verlassen von Warte- und Untersuchungsräumen
- vor dem Essen, Trinken und der Einnahme von Medikamenten
- nach dem Husten, Schnäuzen und Niesen
- nach Benutzung der Toilette, Urinflasche, Bettpfanne etc.
- vor und nach Kontakt mit eigenen Wunden, Verbänden, Schleimhäuten etc.

- nach Kontakt mit häufig berührten Oberflächen im Krankenhaus (z.B. Türklinken, Handläufe)
- nach dem Wechseln von Windeln oder wenn Sie Ihrem Kind nach dem Toilettengang geholfen haben
- vor und nach Kontakt mit anderen Personen

Sie können sich auch weiterhin sorglos die Hände geben, wenn die situationsgerechte Händedesinfektion nicht vergessen wird.

Um eine einwandfreie Händedesinfektion durchführen zu können, legen Sie Schmuck an Händen und Unterarmen (Uhr, Ringe, Eheringe, Armbänder) ab. Gegebenenfalls sollte man diesen zum Wohle des Patienten gleich zu Hause lassen.

### Die richtige Händedesinfektion in 30 Sekunden

- Geben Sie das Händedesinfektionsmittel (2-3 Spenderhübe) in Ihre **trockenen Hände**
- Verreiben Sie das Händedesinfektionsmittel **30 Sekunden**
- **Achten Sie besonders** auf die Daumen, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen und den Nagelfalz



© Klinikum Neumarkt

## Verzicht auf Besuche

In bestimmten Situationen kann Ihr Besuch eine Gefährdung für den Patienten, oder umgekehrt für Sie selbst bedeuten. Daher bleiben Sie bitte zu Hause, wenn Sie

- an einem akuten grippalen Infekt leiden,
- an einem akuten Magen-Darm-Infekt leiden,
- sich selbst aus anderen Gründen „krank“ fühlen,
- immungeschwächt sind.

## Allgemeine Hygiene-Tipps für Angehörige und Besucher

- setzen Sie sich nicht auf das Patientenbett, sondern auf die vorgesehenen Stühle
- benutzen Sie nicht die Toiletten in den Patientenzimmern, sondern die Besucher-WCs
- berühren Sie keine Wunden von Patienten sowie medizinische Geräte am Patientenbett
- bringen Sie auf die Intensivstation keine Blumen mit. In anderen Bereichen höchstens Schnittblumen, aber **keine** Topfpflanzen
- Haustiere sind im Krankenhaus nicht erlaubt
- bleiben Sie nur bei Ihrem Angehörigen, da Sie nicht wissen, welche Erkrankung der Patient nebenan hat
- legen Sie keine Gegenstände auf den Boden
- legen Sie keine Gegenstände in das Patientenbett, welche zuvor auf dem Boden lagen

# Hygiene im Sanitärbereich

## Duschen

Das regelmäßige Duschen ist wichtig für die körperliche Hygiene und Ihr Wohlbefinden. Sie müssen beim Duschen ggf. offene Wunden, Eintrittsstellen von Venenkathetern, Wunddrainagen, etc. vor Feuchtigkeit und Wasser schützen.

## Hygieneartikel

Trennen Sie Ihre eigenen Hygieneartikel im Bad und Ihre Wäsche sorgfältig von den Dingen Ihres Zimmernachbarn.

Bei jedem Öffnen des Wasserhahns kann es zu einem Verspritzen von Wassertröpfchen aus dem Abfluss oder aus dem Waschbecken selbst kommen. **Halten Sie das Waschbecken deshalb frei von Ihren persönlichen Utensilien** wie z.B. Zahnbürste, Kosmetika, Rasierapparat, Handtuch. Nutzen Sie die vorhandenen und Ihnen zugewiesenen Abstellflächen bzw. Regalfächer.

## Handtücher

Benutzen Sie im Sanitärbereich Ihres Zimmers immer nur Ihr persönliches Handtuch und teilen Sie dieses mit niemandem. Bewahren Sie Ihr Handtuch in Ihrem Schrank auf. Verwenden Sie Ihr Handtuch je nach Verschmutzung möglichst nur für ein bis zwei Tage, danach sollte Ihr Handtuch durch Ihre Angehörigen ausgetauscht werden.

## Toilettenhygiene

Einfache Maßnahmen tragen dazu bei, beim Toilettenbesuch möglichst keine Keime weiterzubreiten und auch, sich selbst zu schützen. Beachten Sie beim Toilettengang nachfolgende Hinweise:

- Mädchen und Frauen sollten grundsätzlich von vorne nach hinten wischen, damit Darmkeime nicht in die Scheide und Harnwege gelangen.
- Männer sollten im Sitzen pinkeln um das Verspritzen von Urin zu vermeiden.
- Toilettenpapier soll so abgerollt werden, dass dabei nicht die gesamte Rolle berührt wird, sondern nur die anschließend verwendeten Blätter.
- Toilettenpapier nach der Benutzung in die Toilette werfen.
- Feuchttücher nur im Ausnahmefall verwenden, da Kontaminations- und Allergierisiken nicht auszuschließen sind.
- Feuchttücher nicht in die Toilette werfen, nutzen Sie die vorhandenen Hygienebeutel.
- vor dem Spülen den Toilettendeckel schließen. Durch das Schließen des Deckels soll vermieden werden, dass beim Spülen Krankheitserreger in die Umgebung versprüht werden.

Anschließend den Toilettendeckel öffnen und mit einer Toilettenbürste die Restverschmutzungen entfernen.

Die Spülung bei geschlossenem Toilettendeckel erneut betätigen.

- direktes Berühren von Spültasten, Wasserhähnen und Türklinken mit der noch nicht desinfizierten Hand sollte vermieden werden. Stattdessen Ellenbogen, Handgelenk, Papiertücher nutzen.
- Sie können nach dem Händewaschen den Wasserhahn mit einem Einmaltuch schließen und beim Verlassen die Türklinke ebenfalls mit einem Einmaltuch anfassen oder den Ellenbogen benutzen.
- falls Sie die Toilettenbrille vor Benutzung abwischen möchten, können Sie dafür Toilettenpapier und das Händedesinfektionsmittel aus dem Spender in der Nasszelle verwenden.
- nach dem Toilettenbesuch, wenn Sie Ihrem Kind / Angehörigen beim Toilettengang geholfen haben, oder nach dem Wechseln von Windeln immer gründlich Hände waschen und die Hände gut abtrocknen oder die Hände desinfizieren.

## **Richtiger Umgang mit der Wäsche**

Ihre persönliche Wäsche (Handtücher, Nachthemden, Pyjamas, Unterwäsche, sogenannte Leibwäsche, etc.) muss hygienisch sicher gewaschen und aufbereitet sein. Wäsche, die Sie direkt am Körper tragen oder zum Waschen und Abtrocknen verwenden, kann bei längeren Tragezeiten mit Krankheitserregern verunreinigt sein. Handtücher bei Temperaturen von mindestens 60° Celsius waschen. Sie sollten daher für Ihre Leibwäsche nur Wäsche benutzen, die bei mindestens 60° Celsius gewaschen werden kann.

## **Vorsicht bei Schnupfen, Husten, Erbrechen und Durchfall**

Einige Erreger siedeln in der Nase, im Rachen und in den Atemwegen. Wenn Sie niesen müssen: Halten Sie Abstand, niesen Sie besser in die Armbeuge als in die Hand und lassen Sie keine Taschentücher herumliegen, sondern entsorgen Sie diese nach Gebrauch sofort in geschlossene Abfallbehälter.

Bei Durchfall und Erbrechen bitte immer nach dem Toilettengang die Toilette und die Kontaktflächen desinfizieren oder dem Personal Bescheid geben und die Hände ebenfalls gründlich wie oben beschrieben desinfizieren.

## **Besuch von Patienten in Isolierzimmern**

Für Angehörige und Besucher ist beim Betreten von Isolierzimmern das Tragen von Schutzkleidung in der Regel zwingend erforderlich. Bei Patienten mit Isolationspflicht halten Sie sich bitte strikt an die Anweisungen des Stationspersonals. Lassen Sie sich hierzu entsprechend einweisen und beachten Sie die jeweiligen betreffenden Hygienerichtlinien. Sie schützen so die eigene Gesundheit und die Ihrer Mitmenschen. Weiteres Informationsmaterial erhalten Sie vom Stationspersonal.

**Herausgeber:**

**Klinikum Neumarkt**  
Krankenhaushygiene

Nürnberger Str. 12  
92318 Neumarkt

Telefon: 09181 420-0

Web: [www.klinikum-neumarkt.de](http://www.klinikum-neumarkt.de)

E-Mail: [info@klinikum.neumarkt.de](mailto:info@klinikum.neumarkt.de)

Facebook: Klinikum Neumarkt

Instagram: Klinikum\_Neumarkt