

Hoe mijn handen ontsmetten?

- Neem handalcohol door 2x te pompen (= 3 ml)
- Wrijf de handen grondig in zodat u alle delen van de handen bereikt:



Spreek met uw zorgverlener over handhygiëne. Samen vermijden we infecties !



Vragen?

Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelende arts of aan de (hoofd)verpleegkundige.

Wij willen u bij voorbaat bedanken voor uw vlotte medewerking!



Infectiepreventie Informatiefolder voor patiënten en bezoekers

OLV Ziekenhuis

Campus Aalst – Asse – Ninove



**Ziekenhuishygiëne
& Epidemiologie**

T. 053/72.87.17

Inleiding

In een ziekenhuis bevinden zich veel mensen dicht bij elkaar, zowel zieke als gezonde personen. Hierdoor vergroot de kans op overdracht van kiemen. Bovendien hebben patiënten vaak een verminderde



weerstand, waardoor ze gevoeliger zijn voor infecties. De kiemen die deze infecties veroorzaken, worden vooral overgedragen via de handen. **Handhygiëne**, dit wil zeggen handen ontsmetten of wassen, is dan ook de meest doeltreffende manier om deze infecties te verminderen en zelfs te voorkomen.

Partner in de (eigen) zorg!



Wat kan ik zelf doen om infecties te vermijden? Ook u kan bijdragen tot het welzijn van uzelf en de (mede)patiënten:

- Was uw handen regelmatig met water en zeep of ontsmet ze met handalcohol. Handalcohol is beschikbaar in elke patiëntenkamer en in elke onderzoeks- of behandelruimte.
- Spreek met zorgverleners over handhygiëne. Moedig hen aan om handhygiëne toe te passen. U kan hen ook bedanken wanneer ze hun handen ontsmetten tijdens de verzorging.

- Ontsmet uw handen steeds bij het betreden en het verlaten van de kamer.
- Zorg voor een goede persoonlijke hygiëne.
- Gebruik bij voorkeur papieren zakdoekjes en gooi ze onmiddellijk weg na gebruik.
- Bedek uw neus en mond tijdens het hoesten of niezen. Was of ontsmet nadien uw handen.
- Loop nooit op blote voeten in het ziekenhuis.
- Laat in het ziekenhuis geen kinderen op de vloer spelen.
- Maak als bezoeker geen gebruik van het toilet in een patiëntenkamer.
- Volg de geldende regels bij isolatie. Op de deur van de kamer hangt een hygiënekaart waarop de voorzorgsmaatregelen vermeld staan die moeten nageleefd worden bij het betreden en het verlaten van de kamer.
- Vermijd op bezoek te komen als u verkouden of ziek bent. Als u verkouden bent, maar u uw bezoek niet kan uitstellen, vraag een masker aan een zorgverlener om uw mond en neus te bedekken.



HANDHYGIËNE

Niet alleen voor de ziekenhuismedewerkers, maar ook voor uzelf als patiënt of bezoeker, is een goede handhygiëne uiterst belangrijk.

Wanneer mijn handen wassen?

Was uw handen als ze zichtbaar bevuild zijn, alsook in het kader van uw persoonlijke hygiëne: vóór elke maaltijd en na elk contact met lichaamsvochten zoals na het snuiten van de neus of na gebruik van het toilet.



Hoe mijn handen wassen?

- Open de kraan en bevochtig de handen (0)
- Neem een hoeveelheid vloeibare zeep (1)
- Wrijf de handen grondig in zodat alle delen van de handen bereikt worden (2-7)
- Spoel de handen onder stromend water (8)
- Droog de handen met papieren handdoekje (9)
- Sluit de kraan met het papieren zakdoekje (10)



Wanneer mijn handen ontsmetten?

Handalcohol is effectief, snel en gebruiksvriendelijk. Handen worden telkens ontsmet bij het betreden en het verlaten van een patiëntenkamer, alsook wanneer de handen niet gewassen kunnen worden.