

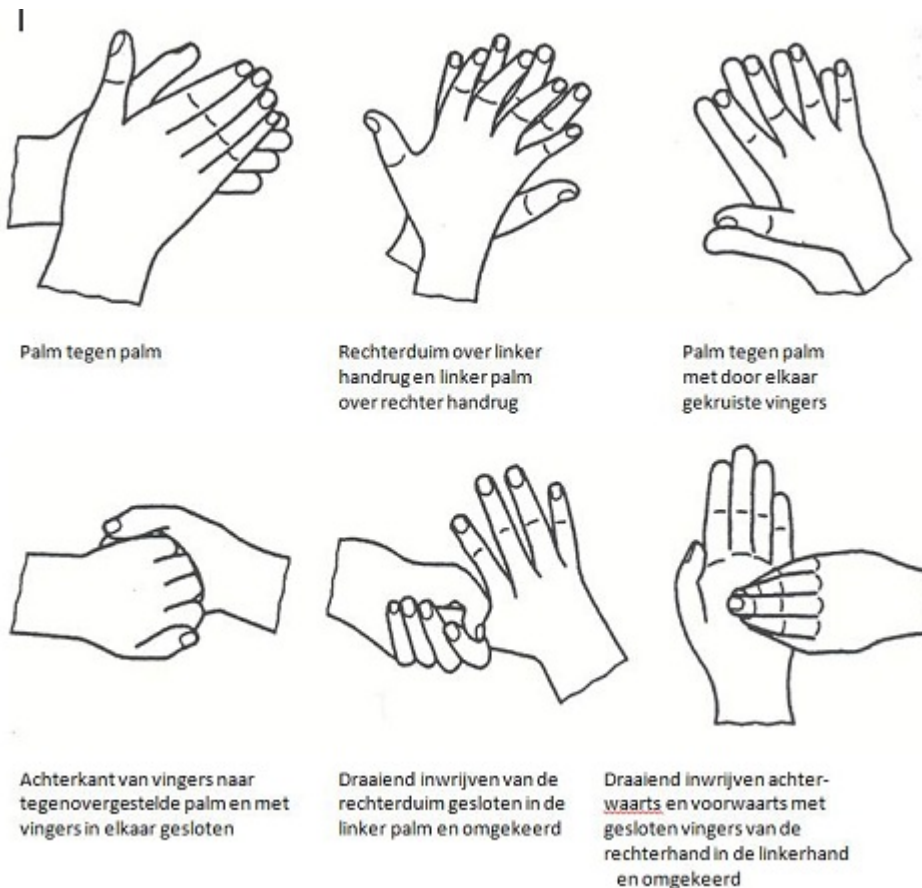
Algemene hygiëne: basisvereisten

1. Ontsmetten van de handen met handalcohol

De handen, de polsen en eventueel onderarmen worden ingewreven met een voldoende hoeveelheid handalcohol op droge handen. Wrijf de handen in tot ze droog zijn.

Een zorgvuldige handontsmetting gebeurt als volgt:

- o neem een voldoende hoeveelheid (2 maal pompen) handalcohol in de palm van de hand
- o wrijf handpalm tegen handpalm
- o wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd
- o wrijf handpalm tegen handpalm met door elkaar gekruiste vingers
- o neem de vingertoppen van beide handen in de handpalmen
- o omsluit de linkerduim met de rechterhand en omgekeerd
- o wrijf de vingertoppen van de rechterhand in de linker handpalm en omgekeerd
- o laat de huid verder aan de lucht drogen



Indicaties voor het ontsmetten van de handen

De handen worden ingewreven met handalcohol **vóór**:

- fysiek patiëntencontact
bv. parametercontrole, klinisch onderzoek, kinesitherapie
- een aseptische / invasieve handeling
bv. wondzorg, bereiding IV-medicatie

De handen worden ingewreven met handalcohol **nà**:

- blootstelling aan lichaamsvochten, slijmvliezen, niet-intacte huid
bv. bedbad, mondtoilet, ... ook in geval van gebruik van handschoenen
- fysiek patiëntencontact
- contact met de directe patiëntenomgeving of patiëntgebonden materiaal
bv. thoraxdrain, infuusleiding, urinaire katheter

2. Wassen van de handen

- Gebruik stromend water, met een matig debiet en een matige temperatuur
- Bevochtig de handen
- Neem een dosis vloeibare zeep in de handpalm
- Wrijf de handen grondig in zodat alle delen van de handen (eveneens handrug, duim en interdigitale ruimten), de polsen en eventueel de onderarmen worden bereikt
- Spoel de handen onder stromend water tot vuil en zeepresten verwijderd zijn
- Droog de handen af met een papieren handdoekje
- Sluit de kraan door gebruik te maken van het papieren handdoekje

Indicaties voor het wassen van de handen

De handen worden gewassen **vóór**:

- de aanvang van het werk
- een rustpauze, een maaltijd

De handen worden gewassen **nà**:

- de dagtaak of een maaltijd
- contact met eigen lichaamsvochten
bv. toiletbezoek, snuiten van de neus
- visuele bevuilding;
- fysiek patiëntencontact in geval van besmetting met norovirus of sporenvormende kiemen (bv. Clostridium, Bacillus) aangezien voor deze kiemen de mechanische werking van het wassen primeert op de werkzaamheid van alcohol

3. Gebruik van niet-steriele handschoenen

Een juist gebruik van handschoenen vermindert de kans op besmetting en overdracht van infecties, zowel voor de ziekenhuiswerker als voor de patiënt. Het dragen van niet-steriele handschoenen heeft tot doel direct contact met lichaamsvochten, slijmvliezen en sterk gekoloniseerde lichaamsstreken (liezen, oksels) van patiënten te vermijden: deze kunnen immers grote aantallen micro-organismen bevatten die mogelijk pathogeen zijn.

Indicaties voor het gebruik van niet-steriele handschoenen

Niet-steriele handschoenen zijn verplicht bij activiteiten met een hoog besmettingsrisico, d.w.z.:

- bij contact met bloed, lichaamsvochten of slijmvliezen van een patiënt
- bij contact met materiaal bevuld met bloed of lichaamsvochten of gebruikt ter hoogte van slijmvliezen

Vervanging van niet-steriele handschoenen

Bij ondeskundig gebruik geven handschoenen een vals gevoel van veiligheid. De persoon die de handschoenen draagt, voelt zich veilig en beschermd, doch vergeet dat de handschoenen ook bedoeld zijn om besmetting te voorkomen. Dit betekent dat de handschoenen uitgetrokken moeten worden wanneer de werkzaamheden, waarbij de handschoenen potentieel besmet werden, onderbroken worden, bv. door het opnemen van de telefoon, het inschrijven van uitslagen, het bijhalen van materiaal. Zo niet worden voorwerpen besmet, die later door andere ziekenhuiswerkers met de handen worden aangeraakt.

Handschoenen worden na iedere patiënt vervangen, maar ook bij eenzelfde patiënt na contact met bloed, of lichaamsvochten of slijmvliezen of materiaal bevuld met deze vochten. Ze worden eveneens vervangen bij overgang naar een ander stelsel. Handschoenen worden in geen geval gewassen of ingewreven met handalcohol tijdens gebruik.

4. Persoonlijke hygiëne

- nagels
 - kort geknipt en proper
 - geen kunstnagels
 - geen nagellak
- haar
 - proper
 - indien tot op de schouders of langer: bijeengebonden, lange staarten opgestoken wordt niet aangeraakt tijdens de zorg; de nodige spelden moeten dit voorkomen
- baarden, snorren
 - proper, verzorgd en kort geknipt
- sieraden
 - hand- en polsjuwelen: verboden
 - piercings: enkel toegelaten indien
 - niet aanstootgevend
 - geen bron van besmetting
 - geen belemmering voor een goede hygiëne
- gebruik van zakdoeken tijdens de zorg
 - papieren zakdoekjes, éénmalig gebruik
 - na gebruik: minstens handen wassen
- eten en drinken
 - in ruimten waar patiënten komen of waar gewerkt wordt met patiëntenmateriaal, wordt niet gegeten of gedronken
- schoeisel
 - proper, goed reinigbaar
 - geluidsarm
- kleding
 - geen eigen kleding over beroepskleding tijdens de zorgverlening
 - onderkleding steeds met korte mouw
- beroepskleding
 - heeft korte mouwen
 - wordt dagelijks vervangen (behalve een doktersjas)
 - bij zichtbare bevuilding zo snel mogelijk verschoonen

Het nieuwe normaal

[Algemene hygiënerichtlijnen](#) (pdf)