

Händehygiene

Händewaschen ist einfach und effektiv

Machen Sie mit!

die Europäische Kommission investiert in Ihre Zukunft



Ministerium für Wirtschaft, Energie,
Bauen, Wohnen und Verkehr
des Landes Nordrhein-Westfalen



provincie limburg



mit Unterstützung des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE)



**Crossing the borders
in health policy**

Warum Händewaschen?

Geldstücke, Einkaufswagengriffe, Türklinken, Tiere, rohe Nahrungsmittel - Jeder von uns fasst täglich viele Dinge an, auf denen sich Millionen von Krankheitserregern tummeln können, auch wenn die Hände sauber aussehen.

Die unsichtbaren Bakterien und Viren auf unseren Händen können, wenn sie in den Körper gelangen, zu vielen Krankheiten führen, z.B. zu lästigen Magen-Darm-Beschwerden und Erkältungskrankheiten.

Durch richtiges Händewaschen kann man die Krankheitserreger auf den Händen deutlich verringern und so viele dieser Erkrankungen vermeiden. So kann z.B. richtiges Händewaschen das Risiko von Durchfallerkrankungen deutlich senken. Dies ist nicht nur in öffentlichen Einrichtungen, wie Schulen, Kindergärten, Bahnhöfen etc. wichtig; auch zu Hause bietet das richtige Händewaschen einen guten, einfachen Schutz vor Erkrankungen – für die ganze Familie.



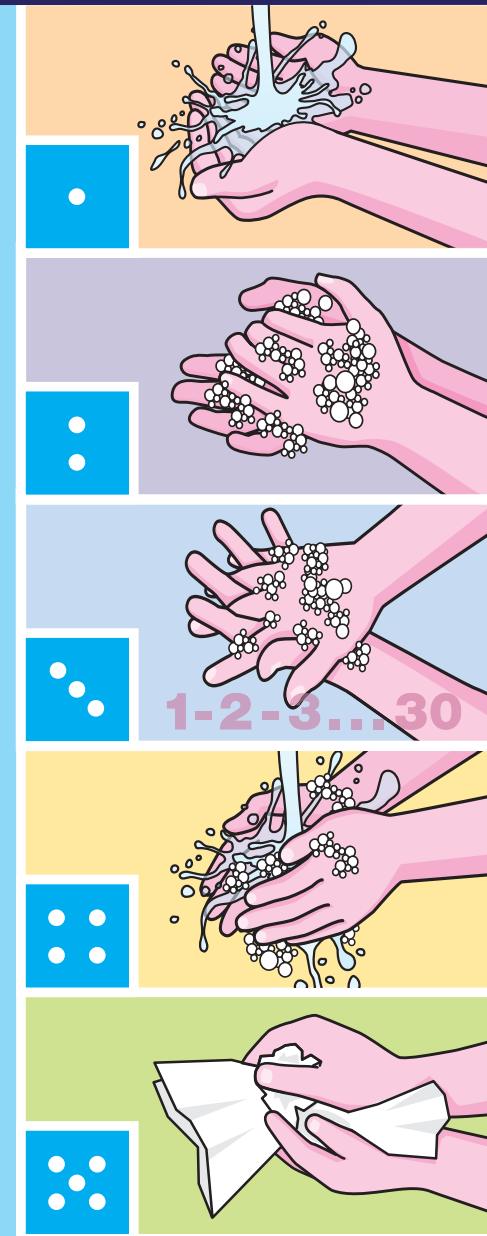
Wann Händewaschen?

Besonders wichtig ist das Händewaschen in folgenden Situationen:

1. Immer vor dem Essen oder der Nahrungszubereitung
2. Immer nach dem Toilettengang oder Windelwechsel von Kindern
3. Immer nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten (oder der Versorgung von erkrankten Familienmitgliedern)
4. Immer nach der Nahrungszubereitung, vor allem bei der Verarbeitung von rohen Produkten wie Eiern oder Fleisch
5. Immer nachdem man ein Tier angefasst hat
6. Immer bei sichtbarer Verschmutzung nach Beendigung der Tätigkeit, z. B. Gartenarbeit

Wie geht richtiges Händewaschen?

1. Hände unter fließendes Wasser halten.
2. Seife, am besten flüssige Seife, oder ein vergleichbares Handreinigungsmittel 20 bis 30 sek. sorgfältig zwischen den Händen verreiben.
3. Beim Verreiben der Seife die Fingerzwischenräume nicht vergessen.
4. Seife anschließend gründlich abspülen.
5. Die Hände gründlich abtrocknen, um Hautschäden zu vermeiden. In öffentlichen Einrichtungen am besten Einmalhandtücher benutzen.



BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung