

## Inhoudsopgave

Doel .....	2
Toepassingsgebied .....	2
Werkwijze .....	2
1. Benodigheden handhygiëne .....	2
2. Keuze handenreiniging of handdesinfectie.....	2
3. Wanneer handhygiëne .....	3
4. Momenten van handhygiëne buiten zorgsituaties .....	4
5. Hoe was je je handen.....	4
6. Hoe desinfecteer je je handen.....	5
Bronnen.....	5
Bijlage 1 Techniek handen wassen en handen desinfecteren .....	6
Bijlage 2 Techniek handhygiëne .....	7
(Kaart voor bij handenwasgelegenheid).....	7

## Doel

Dit protocol beschrijft de indicaties voor handhygiëne en de techniek voor handreiniging en handdesinfectie.

## Toepassingsgebied

Vooraf de handen pikken micro-organismen zoals bacteriën en virussen op uit de omgeving. Deze vaak ziekmakende micro-organismen worden dan ergens anders weer achter gelaten. Door het wassen van de handen wordt op mechanische wijze vuil en die tijdelijk aanwezige micro-organismen verwijderd. Met handdesinfectie worden deze tijdelijk aanwezige, maar ook de eigen micro-organismen die in en op de huid zitten, gedood.

Een goede handhygiëne van medewerkers die direct of indirect betrokken zijn bij de verzorging of behandeling van cliënten, is een van de belangrijkste infectiepreventieve maatregelen.

Dit protocol geldt voor alle medewerkers. Wanneer vrijwilligers of familieleden ook aan andere cliënten zorg verlenen en vergelijkbare handelingen uitvoeren als de medewerkers, dienen ook zij dit protocol op te volgen.

## Werkwijze

### 1. Benodigdheden handhygiëne

Benodigdheden	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Goed ingerichte handenwasgelegenheid</li><li>▪ Vloeibare zeep in een vervangbare flacon</li><li>▪ Disposable handdoekjes</li><li>▪ Afvalcontainer, gesloten met voetbediening</li><li>▪ Handalcohol in een vervangbare flacon</li></ul>
Mobiele communicatiemiddelen	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zie hiervoor het protocol communicatiemiddelen en toegangsmaterialen</li></ul>
Wondjes	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dek niet ontstoken wondjes aan handen en/of onderarmen af met een niet-vocht doorlatende pleister</li><li>▪ Verwijder de ontstoken piercing of oorbel en dek de ontstoken insteekplaats af met een niet-vocht doorlatende pleister</li></ul>

### 2. Keuze handenreiniging of handdesinfectie

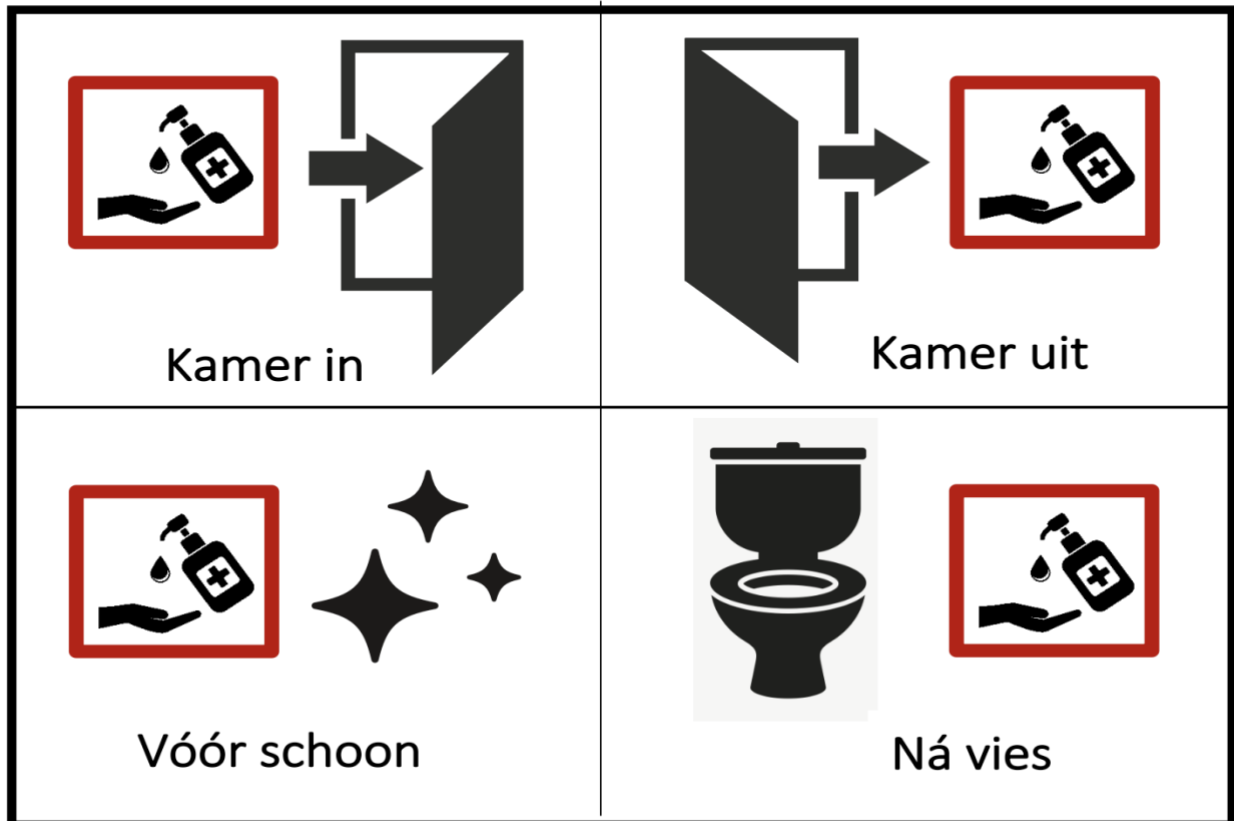
Zichtbaar schone niet-plakkerige handen	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Desinfectie heeft de voorkeur boven reiniging</li><li>▪ Motivatie: Handdesinfectie heeft de voorkeur boven handreiniging omdat het meer huidvriendelijk is en handalcohol een grotere kiemreductie geeft. Desinfectie met handalcohol</li></ul>
---	---

	<p>heeft ook als voordelen dat het op de plek van verzorging gebruikt kan worden en dat men onafhankelijk is van de aanwezigheid van een wastafel. Ook levert het hierdoor tijdwinst op.</p>
Zichtbaar vieze of plakkerige handen	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Altijd wassen met water en zeep</li> <li>▪ Motivatie: Alcohol heeft geen reinigende werking en kan dus ook niet voor handreiniging worden gebruikt. Met het inwrijven van handalcohol wordt aanwezig vuil alleen maar over de handen verspreid en niet verwijderd.</li> </ul>
Wassen en desinfecteren	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Heeft geen meerwaarde en belast de huid onnodig veel</li> </ul>

### 3. Wanneer handhygiëne

Wanneer		Voorbeeld	Waarom
Voor	Kamer in	Wassen, aankleden, hulp bij eten, ondersteuning bij toiletgang	Om te voorkomen dat je opgepikte bacteriën uit je omgeving of van andere cliënten overbrengt naar deze cliënt
Na	Kamer uit	Wassen, aankleden, hulp bij eten, ondersteuning bij toiletgang Bed opmaken, spullen nachtkastje opruimen, kussen in rolstoel goedleggen	Om te voorkomen dat je de omgeving en/of anderen besmet met (mogelijk ziekteverwekkende) bacteriën van deze cliënt die ook in grote aantallen in de directe omgeving van de cliënt aanwezig zijn
Voor	Voor schoon	Wondzorg, inbrengen katheter	Om te voorkomen dat je dit (kwetsbare) schone/steriele gebied besmet met bacteriën uit de omgeving of van andere cliënten
Na	Na vies	Toilet schoonmaken, urinezak verwisselen	Om te voorkomen dat je de omgeving en/of anderen besmet met bacteriën die aanwezig zijn in dit materiaal

## Momenten handhygiëne



### 4. Momenten van handhygiëne buiten zorgsituaties

Momenten van handhygiëne buiten zorgsituaties zijn:

- Na toiletbezoek handen wassen
- Bij plakkerige, zichtbaar vuile handen, handen wassen
- Voor het aantrekken en na het uittrekken van handschoenen handen desinfecteren

### 5. Hoe was je je handen (totaal 40-60 seconden)

[Zie bijlage 1](#): Techniek handen wassen en handen desinfecteren

- Open de kraan. De temperatuur moet behaaglijk zijn voor de handen en het water moet flink stromen,
- Maak de handen goed nat en voorzie deze vervolgens van een laag vloeibare zeep uit een dispenser, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken,
- Wrijf de handen nu vervolgens gedurende 10 seconden goed over elkaar, vingertoppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen moeten goed worden ingewreven,
- Spoel de handen goed af onder flink stromend water,
- Droog de handen goed af met een papieren handdoek, ook de polsen en de huid tussen de vingers goed drogen,
- Sluit de kraan met de elleboog of met de disposable handdoek,

- Werp de gebruikte papieren handdoek in de daarvoor bestemde afvalbak.

#### Aandachtspunten

- Om de handen goed te kunnen wassen dienen geen belemmeringen zoals ringen, polshorloges, armbanden of lange nagels, nagellak of kunstnagels aanwezig te zijn.
- Plak wondjes en andere huidbeschadigingen aan de handen af met een niet vochtdoorlaatbare pleister.
- Stem bij een open huid (niet af te dekken door een pleister) en/of eczeem met de bedrijfsarts, en zo nodig met de deskundige infectiepreventie af over (tijdelijke) aanpassing van de werkzaamheden.
- Belangrijk bij dikwijls handen wassen is het gebruik van een goed in te wrijven handcrème uit een tube, zodat de handen gaaf blijven ondanks het frequente wassen.
- Zeepdispensers mogen nooit worden bijgevuld. De gehele voorraadfles dient te worden vervangen. Zeepdispensers met elleboog- of voetbediening hebben de voorkeur.

## 6. Hoe desinfecteer je je handen (totaal 20-30 seconden)

[Zie bijlage 1](#): Techniek handen wassen en handen desinfecteren

- Breng uit de dispenser handalcohol aan op de droge handen, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken,
- Neem zoveel handalcohol dat het kuiltje van één hand met handalcohol is gevuld. Deze hoeveelheid is nodig om de handen gedurende de volledige inwerktijd van de handalcohol (30 seconden) nat te houden.
- Wrijf de handen nu gedurende ongeveer 20-30 seconden zorgvuldig over elkaar, tot ze droog zijn. Ook de vingertoppen, duimen, gebieden tussen de vingers en de polsen moeten grondig met de handalcohol worden ingewreven.
- Bij niet of onvoldoende droging van de alcohol is het effect minder en bestaat bovendien de kans bij aansluitend gebruik van handschoenen, op huidirritatie.

#### Aandachtspunten

- Vaak worden bepaalde delen van de handen vergeten. Veel vergeten delen van de handen zijn de vingertoppen, tussen de vingers, en de duimen

## Bronnen

[SRI-richtlijnen](#) Handhygiëne en persoonlijke hygiëne medewerker, 09-02-2024

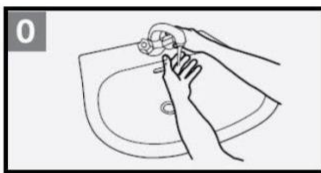
## Bijlage 1 Techniek handen wassen en handen desinfecteren

[Klik hier voor het downloaden van bijlage 1](#)

Handen reinigen → volg nummer 0 t/m 11

Handen desinfecteren → volg nummer 1 t/m 7; dus alléén de rode kaders

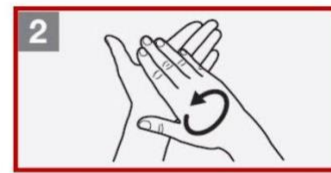
### Techniek handenreiniging en handendesinfectie



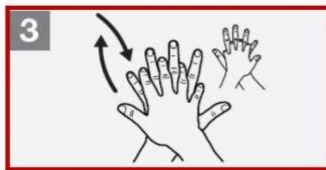
0  
Maak de handen nat met water



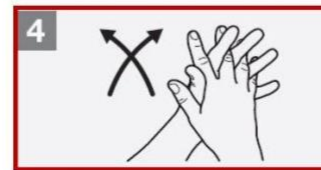
1  
Gebruik genoeg zeep/handalcohol voor het totale handoppervlak



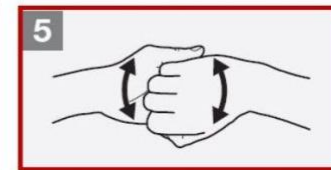
2  
Wrijf de palm van de rechter hand over de palm van de linkerhand en vice versa



3  
Wrijf de palm van de rechter hand over de handrug van de linkerhand en vice versa



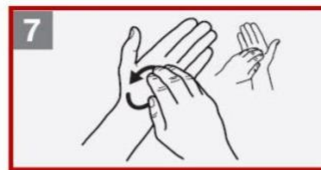
4  
Wrijf palm tegen palm



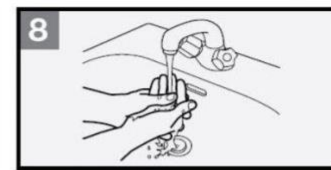
5  
Binnenkant vuist tegen de palm van de andere hand en vice versa



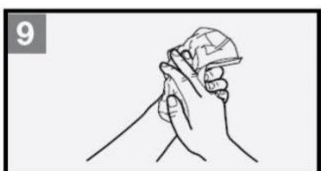
6  
Draaien met de duim van de rechterhand in de palm van de linkerhand en vice versa



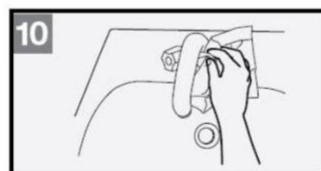
7  
Wrijf en draai de samengeknepen vingers van de rechterhand in de linkerpalm en vice versa



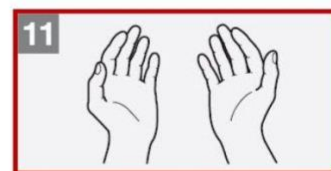
8  
Spoel de handen goed af met water



9  
Droog de handen goed af met een handdoekje



10  
Gebruik het handdoekje om de kraan dicht te draaien



11  
De handen zijn nu schoon/**gedesinfecteerd**

## Bijlage 2 Techniek handhygiëne

(Kaart voor bij handenwasgelegenheid)

[Klik hier voor het downloaden van bijlage 2](#)

