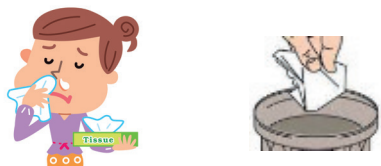


### 3. U kan ons helpen

Naast handhygiëne kan u nog een aantal ander maatregelen nemen in de strijd tegen zorginfecties.

- Zorg voor een goede algemene hygiëne
- Bedek steeds uw neus en mond tijdens het hoesten en niezen en was uw handen nadien.
- Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze onmiddellijk weg na gebruik.



- Draag steeds een mondneusmasker bij nauw contact met een zorgverlener, als je bezoek hebt en als je je verplaatst in het ziekenhuis.



- Onze zorgverleners doen hun uiterste best om op de juiste tijdstippen handhygiëne toe te passen. Durf gerust te vragen of de zorgverlener de handen heeft ontsmet. Laat eventueel ook merken dat u het waardeert dat de zorgverlener handhygiëne toepast.
- Vraag aan uw bezoek om indien ze ziek of verkouden zijn het bezoek uit te stellen.

### 4. Vragen

De verpleegkundigen geven u graag meer uitleg.

Zie ook [www.ubentingoedehanden.be](http://www.ubentingoedehanden.be)

### Contact

Team ziekenhuishygiëne:

050/ 62 39 19

050/ 62 30 29



Infobrochure

ZIEKENHUISHYGIËNE EN INFECTIEPREVENTIE

Auteur: Dienst Ziekenhuishygiëne en infectiepreventie

Publicatiedatum: Oktober 2022

Doc: 6062

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem

Vijfseweg 150

8790 Waregem

T. 056/ 62 31 11

F. 056/ 62 30 20

E. [info@ziekenhuiswaregem.be](mailto:info@ziekenhuiswaregem.be)

Wat kunt u doen om  
**zorginfecties**  
te voorkomen?

## Mevrouw, mijnheer,

Handen kunnen een belangrijke bron zijn van bacteriën en virussen. De meeste zijn onschuldig, maar enkele kunnen schadelijk zijn.

Als de handen van zorgverleners niet proper zijn tijdens de patiëntenzorg, kunnen ziekteverwekkende microben overgedragen worden.

Strikte handhygiëne is dan ook een zeer doeltreffende manier om de verspreiding van zorginfecties tegen te gaan. Het vermijden van infecties betekent bovendien dat je minder vaak antibiotica moet nemen.

Niet alleen de zorgverlener, maar ook uzelf als patiënt of bezoeker heeft baat bij een goede handhygiëne. Want ook u kunt via uw handen ziekteverwekkers overdragen op andere personen. Maar u kunt ook zelf een infectie oplopen door contact van uw besmette handen met de mond (vb. diarree), de neus (vb. verkoudheid) of de ogen (vb. ontsteking van het oogbindvlies of conjunctivitis).

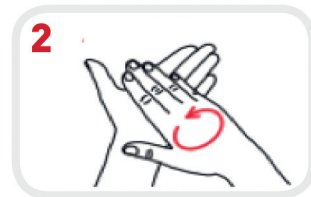
## 1. Handen wassen

### WANNEER?

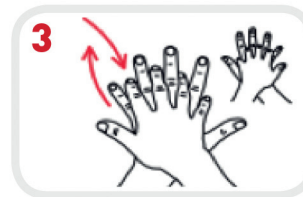
Was uw handen als ze zichtbaar bevuild zijn, vóór elke maaltijd, na gebruik van het toilet, na het hoesten, niezen of snuiten.

### HOE?

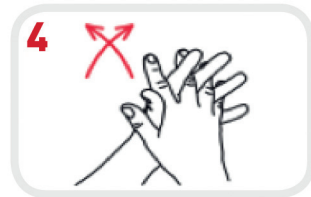
- Bevocht de handen eerst met water en neem voldoende vloeibare zeep.
- Wrijf vervolgens de handen grondig in met zeep.
- Vergeet polsen, duimen en de ruimte tussen de vingers niet. **Zie tekening onderaan.**
- Spoel uw handen grondig af en droog ze volledig af met een wegwerphanddoekje.
- Sluit de kraan met een papieren handdoekjes.



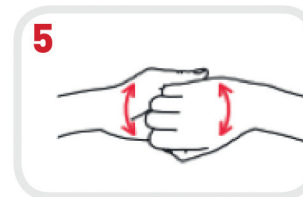
Wrijf de handpalmen tegen elkaar



Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd



Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar



Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer

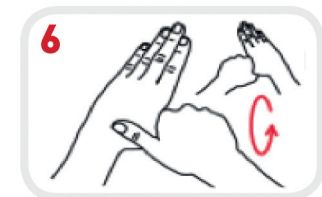
## 2. Handen ontsmetten

### WANNEER?

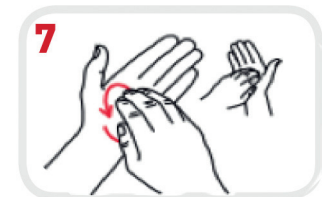
- Ontsmet uw handen vooraleer de kamer te verlaten voor een onderzoek of behandeling en na contact met anderen.
- Voor en na contact met de patiënt en onmiddellijke omgeving.

### HOE?

- Op elke patiëntenkamer is er handalcohol aanwezig, ook voor u en uw bezoekers.
- Neem voldoende handalcohol in uw handpalm (tweemaal pompen).
- Wrijf uw handen in gedurende 30 seconden **volgens schema onderaan.**
- Laat uw handen drogen aan de lucht.



Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand



Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in de palm van de andere hand