

# Einführung Hygiene: Meinen ersten Tag meistern



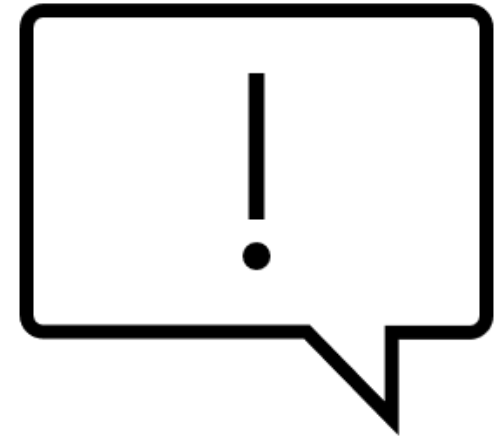
LF 3Ac. I



# AGENDA: 6H

- Definition Hygiene
- Bereiche der Hygiene
- Individualhygiene
- Hände waschen
- Händedesinfektion
- Infektionskette
- Reinigung
- (Flächen-)Desinfektion

# DEFINITION HYGIENE



- Abgeleitet vom griech. Wort „hygieia“
- Lehre von Verhütung der Krankheit und der Erhaltung und Förderung der Gesundheit



# ZIELE

- Gesundheit zu erhalten
- Prävention
- Entstehung und Ausbreitung zu verhindern
- Umweltfaktoren zu prüfen und Maßnahmen abzuleiten

Bsp. Corona Pandemie

# BEREICHE

## Individualhygiene

- Körperpflege, Ernährung, Freizeit, Kleidung

## Sozial- und Psychohygiene

- Interaktion in der Gesellschaft → Auswirkung auf die Gesundheit

## Arbeitshygiene

- Gestaltung Arbeitsabläufe, Dienstplan (Ruhezeiten), Dienstkleidung

## Krankenhaushygiene

- Verhütung und Bekämpfung von nosokomialen Infektionen → wichtigste Maßnahme Personal: hygienische Händedesinfektion

## Umwelthygiene

- Umweltbedingte Gesundheitsprobleme, Wasser, Luft, Lebensmittelhygiene etc.

# ARBEITSAUFTRAG

Bearbeiten Sie die Aufgabe I in Einzelarbeit.

Tauschen Sie sich, wenn notwendig mit ihrem Sitznachbarn aus.



**10 Min.**



# AUSWIRKUNG DER INDIVIDUALHYGIENE AUF DEN/DIE PATIENT\*IN

## Behauptung:

„Eine vernachlässigte Individualhygiene wirkt sich auf die Beziehungsgestaltung zum Pat. aus.“

Auftrag: Tauschen Sie sich mit ihrem Sitznachbarn/Nachbarin aus.



## AUFGABE 2.)

### **EIN GEPFLEGTES ERSCHENUNGSBILD IST WICHTIG, WEIL...**

- gepflegtes Äußeres → wirkt sympathisch,
- gepflegtes Äußeres --> vermittelt Sicherheit und ermöglicht einen Vertrauensaufbau,
- Pat. ist abhängig von PK/PA – muss vertrauen entwickeln,
- PK als Beispielfunktion gelten.



# ARBEITSAUFTRAG

Lesen Sie den Text (3) und bearbeiten Sie in **Einzelarbeit** Aufgabe 4:



Begründen Sie, warum eine PA:

- kurze Fingernägel,
- keine Ringe/Schmuck,
- keinen Nagellack,
- geschlossenen Schuhwerk,
- zusammengebundene Haare tragen sollte.



**15 – 20 Min.**

# ZUSAMMENFASSUNG

<b>Fingernägel</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kurz und rund schneiden → Unter langen Fingernägeln sammelt sich Schmutz</li><li>• Keine künstlichen Fingernägel/ Nagellack → kann abbröckeln, künstliche Nägel können abbrechen</li></ul>
<b>Schmuck</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Auf Schmuck an Händen und Unterarmen verzichten</li></ul>
<b>Haare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lange Haare zusammenbinden</li></ul>
<b>Körperpflege</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Keine langen Ärmel unterm Kasack tragen</li><li>• Eigene Hygiene ist wichtig für die Außenwirkung</li></ul>
<b>Schuhwerk</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Geschlossenes Schuhwerk (sowohl vorne als auch an Ferse) → geringeres Verletzungsrisiko und Hygiene, sicherer Stand</li></ul>

LF 3Ac. I

**Einführung Hygiene:**  
**Meinen ersten Tag meistern**  
**2. DS**



# Einstieg

## Aufgabe I:

Formulieren Sie in Einzelarbeit schriftlich Ihre Erwartungen an das Pflegepersonal zu folgender Frage:

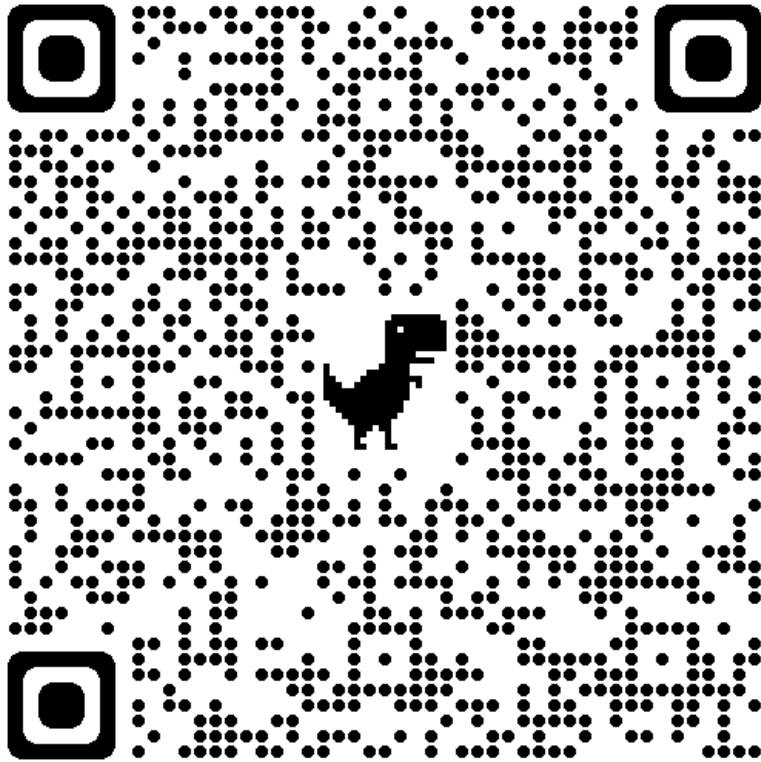
Wann/ wie oft sollte sich eine PK die Hände waschen und/oder desinfizieren?



**5 Min.**



# ARBEITSAUFTRAG:AUFGABE 2



Hände Waschen:

- Scannen Sie den QR-Code und informieren Sie sich in Einzelarbeit.
- Notieren Sie die Zeitpunkte des Händewaschens und markieren Sie die Situationen, die für Ihre Arbeit relevant sind.



# SICHERUNG AUFGABE 2

Immer nach...

- dem nach Hause kommen
- dem Besuch der Toilette
- dem Wechseln von Windeln oder wenn Sie Ihrem Kind nach dem Toilettengang bei der Reinigung geholfen haben
- dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- dem Kontakt mit Abfällen

# SICHERUNG AUFGABE 2

## Immer vor...

- den Mahlzeiten
- dem Hantieren mit Medikamenten oder Kosmetika

## Immer vor und nach...

- der Zubereitung von Speisen sowie öfter zwischendurch, besonders wenn Sie rohes Fleisch verarbeitet haben
- dem Kontakt mit Kranken
- der Behandlung von Wunden

# HÄNDE WASCHEN

## Aufgabe 3:

Beschreiben Sie anhand der Bilder den Ablauf des Händewaschens in eigenen Worten.



Halten Sie die Hände zunächst unter fließendes Wasser.





# UNTERSCHIEDE:AUFGABE 4

## Händedesinfektion

- Abtöten von Krankheitserregern (z.B. Bakterien, Viren, Keime, Pilze)

## Händewaschen

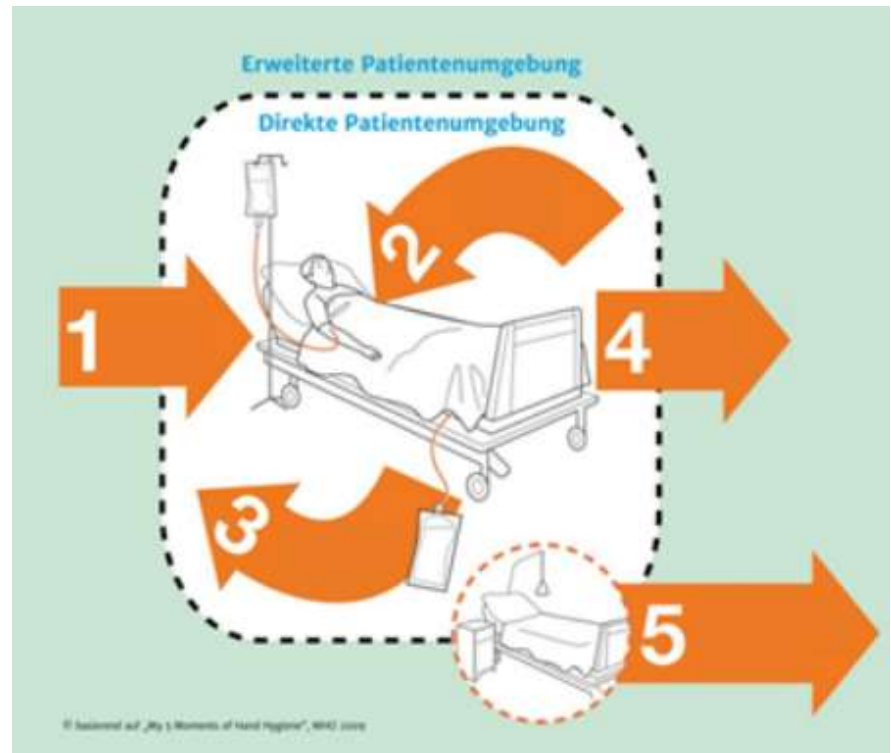
- Gründliches Händewaschen senkt die Anzahl der Keime an den Händen.
- Reinigt die Hände vor sichtbaren Verschmutzungen

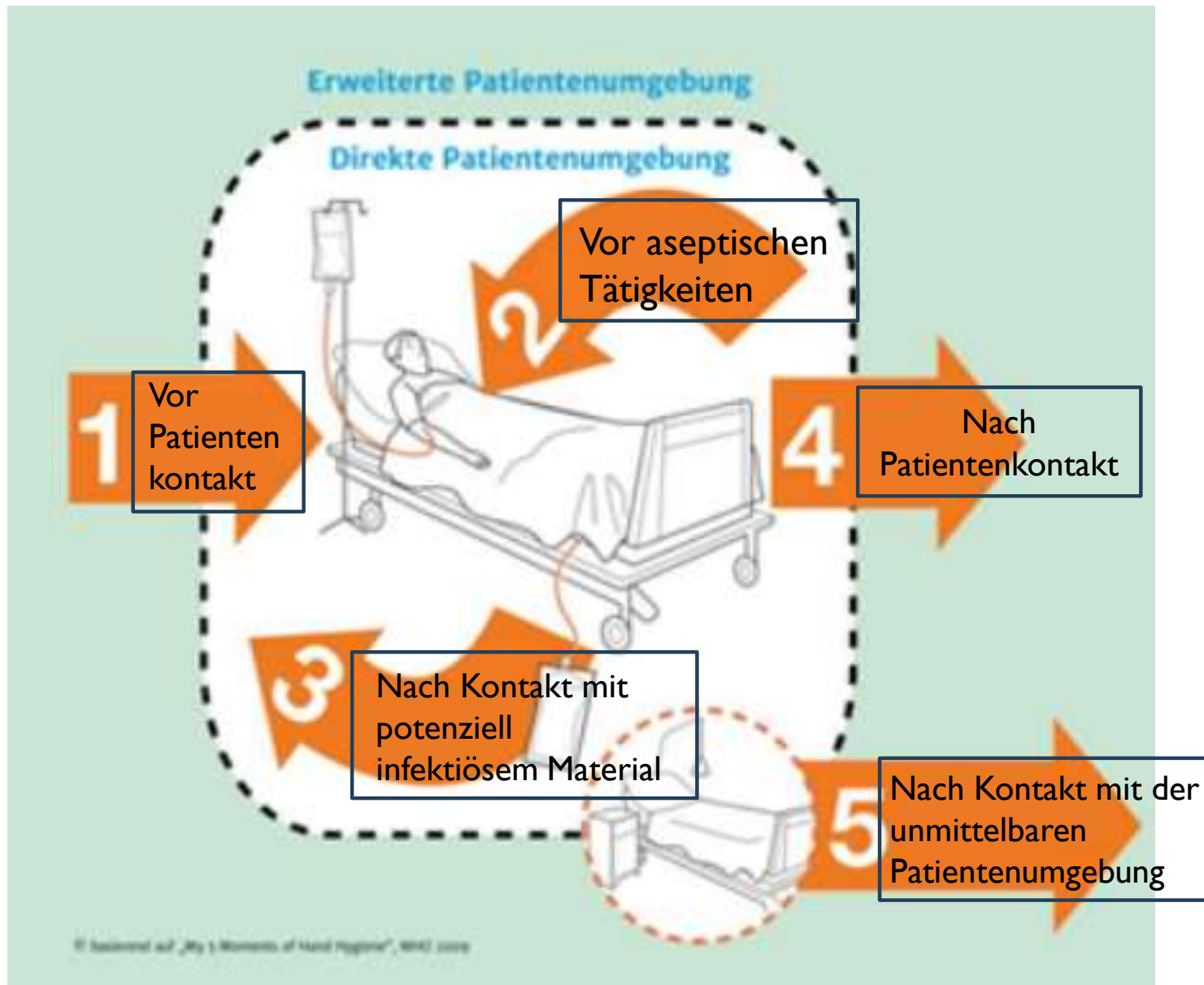


# ARBEITSAUFTRAG: AUFGABE 5

- Bearbeiten Sie Aufgabe 5 in Ihrem Arbeitsheft in **Partner\*innenarbeit**.
- Finden Sie per Internetrecherche die **5 Momente der Händedesinfektion**, die bereits im Video thematisiert wurden, heraus.

 10-15 Min.





## Schritte der Händedesinfektion



Fotos: www.stock.adobe.com/  
Gerhard Seybert

- > Etwa 3 ml Händedesinfektionsmittel auf die trockene Handfläche geben. Das sind ungefähr ein bis zwei hohle Hände voll. Beide Hände müssen richtig nass werden.
- > Hände mindestens 30 Sekunden lang mit dem Desinfektionsmittel feucht halten.
- > Dabei das Mittel auf der gesamten Hand innen und außen einreiben, besonders die Fingerspitzen, Daumen, Nagelfalze und Handgelenke.

# HYGIENISCHE HÄNDEDESINFEKTION

- **Worauf Sie achten müssen:**


Spender mit der Hand betätigen **NICHT** mit dem Ellenbogen



Ausreichend Desinfektionsmittel verwenden → 3-5 ml



Einwirkzeit beachten: → 30 sek.



Konkreter Ablauf

# AUFGABE 6



Warum sind die benannten Aspekte für eine hygienische Händedesinfektion wichtig? Tauschen Sie sich kurz (5 Min.) mit ihre\*m Sitznachbar\*in aus!

Spender mit der Hand  
betätigen **NICHT** mit  
dem Ellenbogen

Ausreichend  
Desinfektionsmittel  
verwenden → 3-5 ml

Einwirkzeit beachten:  
→ 30 sek.

Konkreter Ablauf

# MAßNAHMEN UND BEGRÜNDUNG HYGIENISCHE HÄNDEDESINFEKTION

- Spender mit der Hand benutzen, ansonsten Gefahr von zu wenig Desinfektionsmittel
- Ausreichend Desinfektionsmittel: → Wirksam nur mit ausreichend Desinfektionsmittel. Menge 3-5 ml alle Handflächen müssen benetzt sein.
- Wirksam nur bei ausreichender Einwirkzeit 30 Sekunden
- Konkreter Ablauf: keine Handfläche wird vergessen (Sechs Schritte der Händedesinfektion)



LF 3Ac. I

**Einführung Hygiene:**  
**Meinen ersten Tag meistern**  
**3. DS**



# PRAKTISCHE ÜBUNG

## Händedesinfektion

- Finden Sie sich in Zweiergruppen zusammen
- Eine Person liest die Schritte der HD aus Ihrem Heft vor und beobachtet, während die andere Person jeden einzelnen Schritt ausführt
- Anschließend wechseln Sie die Rollen



# AUFGABE I:

Lesen Sie den Text „*Infektionsweg*“ in Ihrer Arbeitsheft und definieren sie anschließend in Einzelarbeit folgende Begriffe:



Exogene Infektion	
Endogene Infektion	
Direkte Übertragung	
Indirekte Übertragung	



# SICHERUNG AUFGABE I

Exogene Infektion	Erreger stammt aus der Umgebung
Endogene Infektion	Erreger ist körpereigen, stammt aus dem Körper selbst
Direkte Übertragung	Von einem Menschen direkt zu einem anderen
Indirekte Übertragung	Erreger wird über einen Zwischenwirt (z.B. Staub, Insekten, Gegenstände) übertragen



# HAUPTKRANKHEITSERREGER

## AUFGABE 2

Krankheitserreger sind Mikroorganismen (kleinste Lebewesen). Sie können Infektionskrankheiten auslösen.

- Bakterien
- Viren
- Pilze
- Parasiten







# INFEKTIONSKETTE

- Infektionskette = Übertragungsweg

Allgemein: Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit Krankheitserregern in Kontakt zu kommen.

- Krankenhaus besondere Infektionsquelle
- Vermehrtes Aufkommen bestimmter Erreger
- Im Krankenhaus erworben: nosokomiale Infektion

# DIE INFEKTIONSKETTE

<b>Infektionsquelle</b> 	<b>Übertragungsweg (direkt/ indirekt)</b> 	<b>Eintrittspforte</b> 	<b>Empfänger</b> 
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menschen</li> <li>• Tiere</li> <li>• Pflanzen</li> <li>• Gegenstände</li> <li>• Lebensmittel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontakt</li> <li>• Aerogen (Über die Luft)</li> <li>• Fäkal-oral (Schmierinfektion)</li> <li>• Alimentär (über Lebensmittel)</li> <li>• Vektoriell (Über einen Vektor → Insekt)</li> <li>• Sexuell</li> </ul>	<p><b>Natürlich:</b> (Schleimhäute von Nase, Mund, Rachen) → häufig</p> <p><b>Schleimhäute:</b> (Harnröhre, Augen, Vagina, Anus) → selten</p> <p><b>Zusätzlich:</b> (Wunden, Katheter, Haut- oder Schleimhautdefekte, Drainagen)</p>	<p>Mensch (z.B. Patient*in, Angehörige, Pflegefachperson)</p>

## Weitere Schutzmaßnahmen

Was ist  
der  
Unterschied zwischen:

Reinigung:

Desinfektion:





# Unterscheidung von Reinigung und Desinfektion

## Reinigung

"Entfernen von Staub, chemischen und organischen Substanzen mittels Wasser und zugesetzten reinigungsverstärkenden Substanzen".

Keine Abtötung von Mikroorganismen.

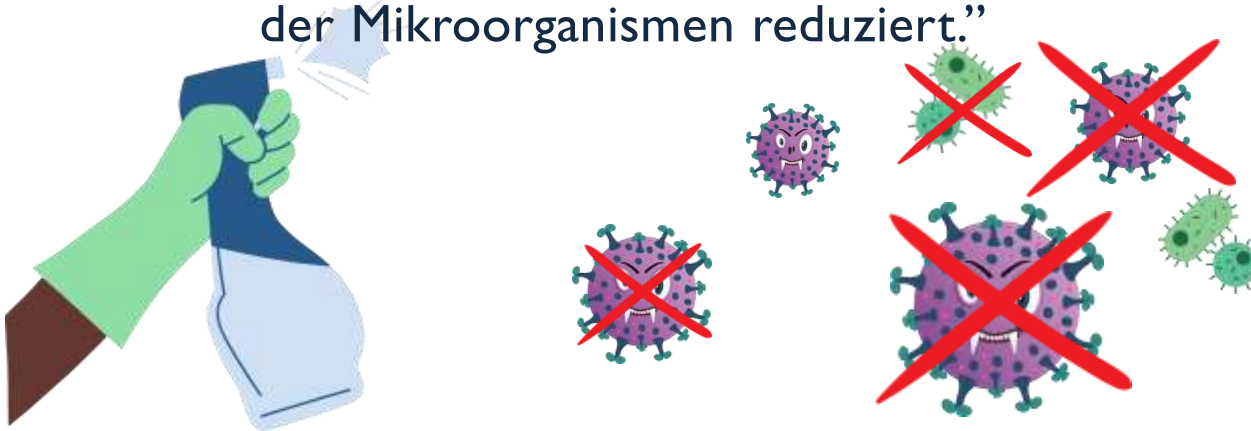


## Weitere Schutzmaßnahmen

### Desinfektion

“Gegenstände bzw. Bereiche werden in einen Zustand versetzt, sodass von ihnen keine Infektionsgefahr ausgehen kann.

Mikroorganismen werden abgetötet, wodurch sich die Anzahl der Mikroorganismen reduziert.”



# Wichtig zu beachten!!

## Desinfektion



Einwirkzeit  
beachten

→ Ist unterschiedlich, je  
nach Produkt auf der  
Verpackung nachlesen!



Richtiges Produkt

# WEITERE SCHUTZMAßNAHMEN

Schutzkittel



Mund-Nasen-Schutz



Schutzhaube



Schutzhandschuhe

