

## ... Händewaschen nicht vergessen

Fakt ist: Hände sind besonders häufig Überträger von Krankheitskeimen.

Nach dem Klo  
und  
vor dem Essen,  
Händewaschen  
nicht  
vergessen!

### Händewaschen ist im Alltag unbedingt notwendig

... **vor** dem Essen

... **vor** und während der Essenzubereitung und dem Umgang mit Lebensmitteln

... **nachdem** man auf Toilette war

... **nachdem** man nach Hause kommt

... **nachdem** man Abfälle angefasst hat (vor allem Bioabfälle)

... **nachdem** man Tiere gefüttert hat

Und ...

in Zeiten, in denen es besonders viele Fälle von Infektionskrankheiten gibt (z.B. Magen-Darm-Infektionen, „Grippewelle“, COVID-19)

... **nach** Ankunft in Kita, Schule oder Büro und auch mal zwischendurch

### Was sonst noch wichtig ist

- ⇒ Antimikrobielle Seife („Hygieneseife“) meiden, sie bringt keinen Zusatznutzen!
- ⇒ Händewaschen mit Seife entfernt auch andere Schadstoffe wie z.B. Farbstoffe und Kleberreste, Pestizide oder auch Würmer!
- ⇒ Seifenschale und Seifenspender sauber halten!
- ⇒ Fingernägel sauberhalten!
- ⇒ Hände regelmäßig mit für den eigenen Hauttyp geeigneter, parfüm- und schadstofffreier Creme eincremen und pflegen. Cremedosen oder -tuben nicht gemeinschaftlich verwenden, vor allem nicht in Gemeinschaftseinrichtungen.

#### Mehr wissen:

Aber bitte mit Seife! Unterschiede zwischen Seife, Syndet und Desinfektionsmittel. [↓PDF](#)

Hygiene-Tipps für die Pflege von kranken Kindern zuhause. [↓PDF](#)

Infektionen? Nein, danke! Wir tun was dagegen! Broschüren für Menschen mit Immunschwäche [↓PDF](#)

