Infektionen? Nein, danke! Wir tun was dagegen!

Infektionsprävention bei
chronisch kranken Kindern im Krankenhaus

Informationen für Patienten, Eltern und Besucher

HYGIENE-TIPPS-FUER-KIDS.DE
IM KRANKENHAUS

in Kooperation mit
Clownsvisite e. V., DGKH, DGKJ, DGPI, GKinD, GPOH, PädineSaar, VAH, VHD

HYGIENE-TIPPS-FUER-KIDS.DE
IM KRANKENHAUS

Inhalt

Inhalt 2

Einführung 3

Hände 4

Mund 8

Lebensmittel 10

Umgebungsflächen und Spielzeug 12

Clownsvisite 14

Tiere 15

Physiotherapie 16

Allgemeine Besuchsregeln 17

Kontakt:
Prof. Dr. med. Arne Simon
Klinik für Pädiatrische Onkologie und Hämatologie
Universitätsklinikum des Saarlandes
E-mail: Arne.Simon@uks.eu

1. Auflage, Mai 2009; Aktueller Stand: 3. Auflage, April 2017

Projektkoordination und weitere Materialien/Informationen:
Dr. Jürgen Gebel, Carola Ilschner
©Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit, Bonn
E-mail: juergen.gebel@ukb.uni-bonn.de,
carola.ilschner@ukb.uni-bonn.de
Web: www.hygiene-tipps-fuer-kids.de

Illustrationen:
www.robyn.de

Autoren:
A. Simon, J. Gebel, C. Ilschner, M. Exner

Einführung

Kinder, die chronisch krank sind und die häufig oder längere Zeit im Krankenhaus sind, müssen wir besonders gut vor Infektionen schützen. Infektionen, die für Sie als Eltern und Besucher nicht so gefährlich sind, können für diese Kinder lebensbedrohlich sein.

Daher sollten wir verhindern, dass sich die Kinder anstecken, also Infektionen bekommen, die durch andere Menschen oder auch über Gegenstände, Lebensmittel oder Tiere übertragen werden.

Infektionen werden durch eine Vielzahl von Krankheitserregern verursacht: Bakterien, Viren oder auch Pilze. Diese Mikroorganismen können auf verschiedenen Wegen in unseren Körper gelangen und Infektionen verursachen. Auf den nächsten Seiten werden wir Ihnen die wichtigsten Maßnahmen zum Schutz Ihrer Kinder vor übertragbaren Infektionen erläutern. Wir können nicht jede Infektion verhindern, wir werden aber unser Bestes tun:

Infektionen? Nein, danke!
Wir tun was dagegen!

Hände

Warum

Die Hände sind die wichtigsten Überträger von Krankheitserregern. Mit ihnen geben wir Bakterien und Viren von einem zum anderen weiter.

Wie

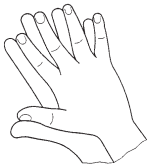
Vor einer Übertragung über die Hände von anderen Menschen kann man sich schützen:

> durch **Händedesinfektion**,
> durch Handschuhe,
> durch das Vermeiden von Handkontakten,
> durch Händewaschen.

Die **Händedesinfektion** ist die wichtigste Maßnahme im Krankenhaus. Die richtige Technik dafür müssen wir alle erst lernen. Wir geben Ihnen dazu konkrete Anleitung. Zur Erinnerung können Sie sich auch die folgende Abbildung ansehen. Daumen und Fingerkuppen nicht vergessen!

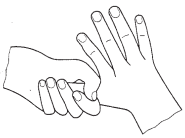
Schritt 1
Handfläche auf Handfläche

Schritt 2
Rechte Handfläche über linkem Handrücken und linke Handfläche über rechtem Handrücken

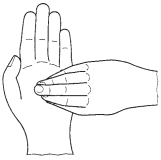


Schritt 3
Handfläche auf Handfläche mit verschränkten, gespreizten Fingern

Schritt 4
Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen mit verschränkten Fingern



Schritt 5
Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt



Schritt 6
Kreisendes Reiben hin und her mit geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche und umgekehrt

Hände

Bitte achten Sie darauf, dass sich Ihr Kind nicht mit den frisch mit Händedesinfektionsmittel (es enthält Alkohol) benetzten Fingern in die Augen fasst. Bei Kleinkindern sollten Sie als Eltern die Hände der Kinder zwischen den eigenen Händen desinfizieren und dann abwarten, bis das für die Haut unschädliche Desinfektionsmittel getrocknet ist.

Wenn Sie auf die Station kommen, achten Sie auf folgendes:

> Legen Sie Ringe, Armbänder und Uhren an einem sicheren Ort ab, da sich hierunter schwer erreichbare Keime verbergen können.
> Waschen Sie Ihre Hände, trocknen Sie sie gründlich ab und desinfizieren sie anschließend.
> Verwenden Sie die Desinfektionsmittel-Spender, die an vielen Stellen auf der Station angebracht sind.
> Halten Sie die Einwirkzeit des Händedesinfektionsmittels (30 sec) unbedingt ein.
> Benetzen Sie die gesamte Hand und die Handgelenke.
> Vermeiden Sie die Berührung von Augen und Nase.

Wer

Das medizinische Personal, die Patienten, die Eltern und Geschwister und alle Besucher müssen sich an die Regeln zur Händehygiene halten. Sollte Ihnen auffallen, dass wir die Händedesinfektion vor jedem Patientenkontakt einmal vergessen, dürfen Sie uns gern darauf hinweisen (niemand ist perfekt, gemeinsam sind wir gut).

Hände

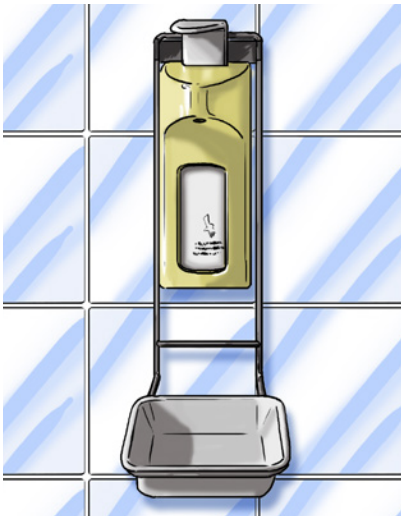
Wann

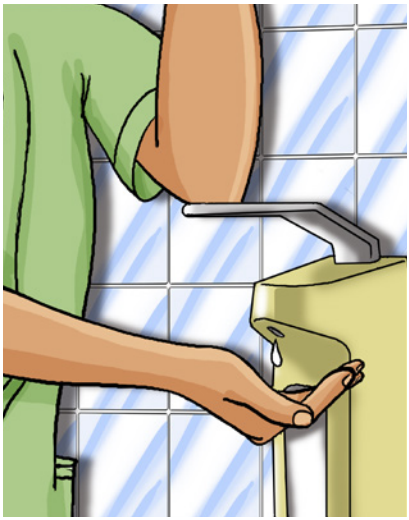
Die Hände müssen desinfiziert werden:

> nach der Toilette,
> nach dem Wechseln von Windeln,
> vor Betreten der Eltern-Patienten-Küche,
> vor Betreten des Spielzimmers,
> vor dem Spielen mit (tragbaren) elektronischen Geräten (Tablet, Laptop) bzw. dem Benutzen der Fernbedienung,
> nach dem Naseputzen,
> nach dem Niesen oder Husten in das Taschentuch.

Womit

Sie finden an vielen Stellen auf der Station Desinfektionsmittel-Spender. Fragen Sie bitte das Personal, wie man sie richtig anwendet.





Hände

Handschuhe

> Tragen Sie prinzipiell Einmalhandschuhe bei unsauberen Arbeiten, auch wenn Sie das zu Hause nicht tun würden, zum Beispiel beim Windelwechseln oder wenn Sie Ihrem Kind beim Abputzen nach der Toilette behilflich sind!

> Desinfizieren Sie sich nach dem Ausziehen der Einmalhandschuhe die Hände!

Handkontakt

> Auch durch das Händeschütteln werden Krankheitserreger übertragen.

> Daher geben wir Ihnen bei der Begrüßung nicht die Hand und wir bitten Sie, ebenfalls das Händeschütteln auf Station zu vermeiden.

Händewaschen

> Wenn Ihre Hände sichtbar verschmutzt werden (Blut, Urin, Stuhl, Erbrochenes), waschen Sie sich die Hände mit Seife und desinfizieren Sie sie anschließend zweimal.

Mund

Warum

Krankheitserreger aus den Atemwegen findet man nicht nur auf den Händen, sie können auch in Wassertröpfchen enthalten sein, die beim **Sprechen, Niesen und Husten** entstehen. Solche Tröpfchen ‚fliegen' in der Luft sogar mehr als 2 m weit. Lernen Sie daher, richtig zu husten und zu niesen.

Wie huste und niese ich richtig?

Wenden Sie sich von anderen Personen ab und vermeiden Sie frei auf Lebensmittel oder andere Gegenstände zu husten oder zu niesen, die andere wieder berühren. Husten oder niesen Sie am besten in den eigenen Oberarm oder nutze Sie ein Taschentuch.

Wie verwende ich einen Mund-Nasen Schutz richtig?

Um zu verhindern, dass durch das Sprechen, Niesen oder Husten Krankheitserreger (zum Beispiel bei Erkältungen oder Herpes labialis) über Tröpfchen übertragen werden, bzw. um zu verhindern, dass solche Erreger von außen in die Atemwege gelangen, verwenden wir einen **Mund-Nasen-Schutz**. Der Mund-Nasen-Schutz muss richtig angelegt werden, das heißt, er muss Mund und Nase bedecken und oben und unten zugebunden sein. Der Mund-Nasen-Schutz muss gewechselt werden, wenn er durchfeuchtet ist. Desinfizieren Sie sich nach dem Wechseln die Hände.

Wer

Ärzte, Pflegepersonal, Besucher und auch die Kinder müssen in bestimmten Situationen einen Mund-Nasen-Schutz tragen.

Mund

Wann

> Ärzte und Pflegepersonal tragen einen Mund-Nasen-Schutz, wenn von Patienten, die sie untersuchen, behandeln oder pflegen, die Gefahr der Übertragung von Tröpfcheninfektionen ausgeht oder sie selbst Zeichen einer leichten Atemwegsinfektion haben.

> Sie sollten einen Mund-Nasen-Schutz tragen, wenn Sie erkältet sind oder Herpesbläschen an der Lippe oder auf der Mundschleimhaut haben.

> Ihr Kind sollte einen Mund-Nasen-Schutz tragen, wenn es Infektionserreger in Atemwegssekreten ausscheidet und das Zimmer trotzdem verlassen muss und wenn wenn es stark immungeschwächt ist (Hinweise der Ärzte und des Pflegepersonals beachten).

Womit

Auf der Station gibt es verschiedene Modelle. Wir stellen Ihnen bei Bedarf den passenden Mund-Nasen-Schutz zur Verfügung.

Nicht vergessen:
Lachen (auch mit Maske) macht gesund!

Lebensmittel

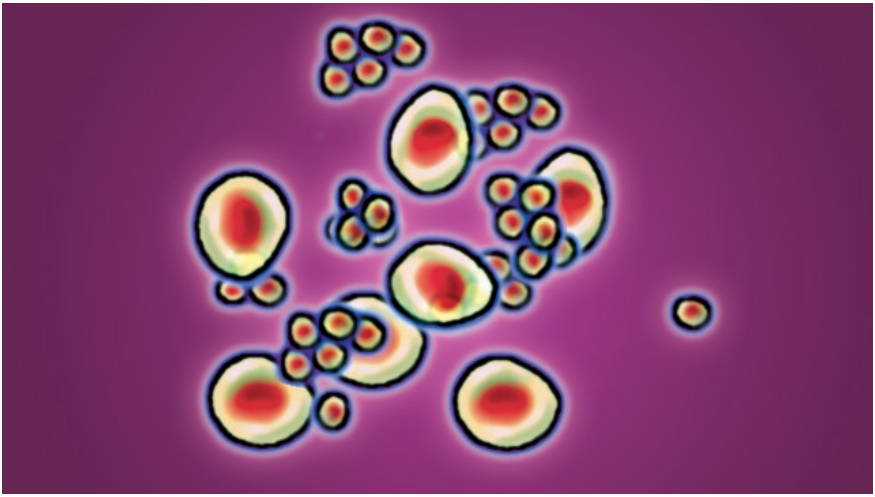
Warum

Zahlreiche Krankheitserreger können über verunreinigte **Lebensmittel** übertragen werden. Wenn Sie die **Stationsküche** nutzen möchten oder Lebensmittel selber mitbringen und zubereiten wollen, ist es daher wichtig, einige grundlegende Regeln zu beachten.

Sie dürfen die Küche **nicht** betreten, wenn bei Ihnen folgende Erkrankungen oder Symptome vorliegen:

> Durchfall, Erbrechen,
> Leberentzündung mit oder ohne Gelbsucht,
> akuter Infekt mit Fieber (>38,5 °C),
> infizierte Wunde oder chronische Hautkrankheit mit akuter Entzündung,
> Nachweis von Krankheitserregern (z. B. Salmonellen) im Stuhl (auch ohne Symptome).

Wenn Ihr Kind bestimmte Krankheitserreger ausscheidet, gilt das Gleiche. Wir weisen Sie dann darauf hin.



Lebensmittel

Basishygieneregeln

> Vor dem Betreten der Stationsküche bitte unbedingt die Hände desinfizieren.
> Husten oder Niesen Sie nie auf Lebensmittel (am ehesten in die Ellenbogenbeuge oder in den Oberarm).
> Decken Sie kleine Wunden an Händen und Armen mit wasserundurchlässigen Pflastern ab (Pflegepersonal fragen).
> Nutzen Sie nur Kühlschränke, die Ihnen ausdrücklich zugewiesen wurden.
> Trennen Sie zwischen sauberen und unsauberen Lebensmitteln (legen Sie z. B. kein ungewaschenes Gemüse ohne Umverpackung in den Kühlschrank).
> Desinfizieren Sie sich die Hände nach Kontakt mit rohem Fleisch.
> Lagern Sie fertig zubereitete Lebensmittel nicht länger als 6 Stunden (gekühlt und abgedeckt) und werfen Sie die Reste in den Abfall.
> Wischtücher zur Desinfektion von Flächen werden nur einmal verwendet und dann in die Wäsche gegeben oder (bei Einmalmaterial) in den Abfall geworfen.
> Schmutziges Geschirr sollte im Geschirrspüler und nicht von Hand abgewaschen werden.

Und sonst noch:
Hauptsache, es schmeckt!

Umgebungsflächen und Spielzeug

Warum

Kinder und Erwachsene können in den Atemwegssekreten oder im Stuhl Krankheitserreger ausscheiden, ohne dass sie Symptome einer Infektion haben. Dies kann der Fall sein, noch bevor es zu ersten Krankheitszeichen kommt oder auch nachdem die akute Erkrankung bereits Tage bis Wochen vorüber ist. Dies gilt besonders für Kinder mit chronischen Grunderkrankungen und Kinder mit geschwächtem Immunsystem.

Die Krankheitserreger verteilen sich über die Hände oder durch Sprechen, Niesen und Husten überall im Raum und auf allen möglichen **Flächen**, die man anfasst. Dort können sie unter Umständen sehr lange überleben. Hierzu gehören auch Spielzeug und die Bedienkonsolen von Gameboys™, Tastaturen von Computern, Tablets, Fernbedienungen u.ä. Krankheitserreger sind für den Menschen mit bloßem Auge immer unsichtbar, daher bemerken wir sie nicht.

Umgebungsflächen und Spielzeug

Wie, Wer, Wann, Womit

Um zu vermeiden, dass man sich mit den unsichtbaren Krankheitserregern selber infiziert oder sie weitergibt, desinfiziert man die Hände vor und nach dem Gebrauch von solchen Gegenständen auf Station.

Zusätzlich führen wir gezielte Desinfektionsmaßnahmen auf verschiedenen Oberflächen durch, damit weniger Krankheitserreger in der Umgebung überleben. Die von uns verwendeten Flächendesinfektionsmittel sind so ausgewählt, dass von ihnen keine gesundheitlichen Risiken für Ihre Kinder ausgehen und sie weitgehend umweltverträglich sind.

**Es gibt nur ein Zeichen für Weisheit:
Gute Laune, die anhält.**

**Das Spiel der Kinder sollte als ihre wichtigste
Beschäftigung aufgefasst werden.**

Michel de Montaigne

Clownsvisite

In vielen Krankenhäusern gibt es Klinikclowns, die Ihre Kinder während des stationären Aufenthaltes besuchen und mit ihnen spielen oder allerhand Blödsinn machen, um sie ein wenig abzulenken und aufzuheitern.

Wir sind sicher, dass die Klinikclowns eine echte Bereicherung unseres Stationsalltages darstellen und die meisten Kinder genießen diese Besuche sehr.

Damit die Klinikclowns, die von Patient zu Patient gehen, keine Krankheitserreger übertragen, werden sie speziell geschult. Sie erkundigen sich vorher beim Behandlungsteam, welche Kinder wegen einer Infektion isoliert werden müssen und passen sich an die erforderlichen Hygienemaßnahmen an.

Unsere Aktion „Hygiene-Tipps für Kids im Krankenhaus" wird auch von den Klinikclowns unterstützt und wir haben spezielle Schulungsmaterialen für Klinikclowns erstellt.

Für Freunde, Angehörige und alle Besucher, die mit den Kindern Spaß machen und Spaß haben wollen, ist es wichtig, dass sie sich ebenfalls an die hier aufgezeigten Basisregeln der Hygiene halten.

Tiere

Diese Regeln für Tierkontakte gelten für zu Hause oder bei Tierbesuch im Krankenhaus.

Warum

Viele Infektionskrankheiten des Menschen sind auf direkten Kontakt mit Tieren zurückzuführen. Insbesondere Katzen und Hunde, aber auch Reptilien sind beispielsweise Überträger von Salmonellen. Gerade Jungtiere machen in den ersten 6 Lebensmonaten zahlreiche Infektionskrankheiten durch und scheiden in dieser Zeit Infektionserreger in hohen Mengen aus.

Basisregeln

> Nach dem Füttern mit der Hand oder Streicheln bzw. Pflegen (z. B. Bürsten):
  – Hände nicht in den Mund nehmen oder an die Augen fassen,
  – Hände waschen (im Krankenhaus: Hände desinfizieren);
> sich nicht vom Tier über das Gesicht oder über offene Wunden lecken lassen;
> das Tier nicht küssen;
> keine Tiere mit ins Bett nehmen;
> Kratz- und Bisswunden sofort mit einem Hautantiseptikum behandeln; ggf. frühzeitig zum Arzt gehen;
> niemals kranke Wildtiere zur Pflege mit nach Hause nehmen;
> insbesondere den Kontakt zu Jungtieren und Reptilien vermeiden!

Krankengymnastik

Warum

Krankengymnastik (Physiotherapie) macht Spaß und kann viel Gutes leisten: sie kann zum Beispiel Schmerzen vermindern, sie kann beim Atmen helfen oder Muskeln stärken. Die Übungen kann man auch machen, wenn die Patienten eine Infektion haben oder ohne Symptome Krankheitserreger ausscheiden und daher auf Station und in den Spezialambulanzen isoliert sind. Einige Übungen kennen Sie vielleicht auch. Auch hier können über die Hände Krankheitserreger übertragen werden, aber es werden zudem Hilfsmittel verwendet, die eine Quelle für Infektionen darstellen können.

Wie, Wer, Wann, Womit

> Händedesinfektion vor jedem Patientenkontakt ,
> Desinfektion der verwendeten Hilfsmittel zwischen jedem Patientenwechsel.

Für die Physiotherapeuten gelten die gleichen Hygieneregeln wie für die anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Behandlungsteams. Sie als Eltern dürfen auch unsere Physiotherapeuten an die Händedesinfektion vor jedem Patientenkontakt erinnern, wenn diese einmal vergessen wird.

Physiotherapeutinnen und -therapeuten wissen, dass die bei der Krankengymnastik verwendeten Hilfsmittel nicht ohne eine zwischenzeitliche Aufbereitung (Desinfektion) von Patient zu Patient weitergegeben werden dürfen.

Allgemeine Besuchsregeln

Basisregeln

Von bestimmten Erkrankungen, die sich zum Zeitpunkt eines Besuches möglicherweise noch in der Inkubationszeit befinden (Windpocken, Masern, Keuchhusten, aber auch virale Atemwegsinfektionen wie Erkältung und Grippe) können besondere Gefahren für die Patienten ausgehen.

Angehörige und Besucher dürfen die Station nicht betreten, wenn sie folgende Zeichen einer akuten Infektion haben

- Durchfall (mehr als 3 dünne Stühle pro Tag), Erbrechen,
- Bindehautentzündung (Konjunktivitis),
- unklarer Ausschlag der Haut,
- akuter Infekt mit Fieber (> 38,5 °C),
- infizierte Wunde oder chronische Hautkrankheit mit akuter Entzündung,
- Windpocken oder Masern bei bekannter Inkubation (z. B. Geschwisterkinder)

Besondere Vorsichtsmaßnahmen

Ein Herpes labialis (Lippenherpes) muss durch einen korrekt angelegten Mund-Nasen-Schutz bedeckt sein und darf nicht mit den Händen berührt werden.

Impfungen

Bestimmte ansteckende Erkrankungen bedeuten für Kinder und Jugendliche mit **chronischen Grundkrankheiten** oder mit **Immunschwäche** eine erhebliche Gefahr. Einer Reihe dieser ansteckender Erkrankungen kann jedoch durch eine sehr wirksame **Impfung** vorgebeugt werden.

Impfungen der Familienmitglieder oder anderer enger Kontaktpersonen bieten auch einen indirekten Schutz für den Patienten. Hierdurch wird eine sogenannte **„Herdenimmunität"** erreicht. Herdenimmunität bedeutet, dass die Ansteckung mit den Infektionskrankheiten, gegen die enge Kontaktpersonen aktiv geimpft wurden, weniger wahrscheinlich wird.

Alle Impfungen sollten nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (sog. STIKO) beim Robert Koch-Institut, Berlin, durchgeführt werden. Bitte sprechen Sie mit den Ärztinnen und Ärzten oder Ihrem Kinderarzt/Hausarzt über dieses Thema und informieren Sie sich, welche Impfungen (ggf. Auffrischimpfungen) für Sie zu empfehlen sind.

Infektionen? Nein danke!
Wir desinfizieren uns die Hände!
Vor dem Spielzimmer
Nach dem Niesen und Husten
Nach der Toilette
Vor dem Spielen mit dem Smartphone oder dem Tablet
Nach dem Windelwechsel
Vor der Eltern-(Patienten-) Küche
Nicht mit unsauberen Händen an Auge, Nase oder Mund fassen.
Händeschütteln vermeiden
HYGIENE-TIPPS-FUER-KIDS.DE
IM KRANKENHAUS
© Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit, Bonn, Design & Illustration: www.robyn.de
Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN e.V.
DGPI
Deutsche Gesellschaft für Pädiatrische Infektiologie e.V.
VAH
VHD
DGKH
GPOH
GKinD
HYGIENE-TIPPS-FUER-KIDS.DE
Clowns

Kooperationspartner

©Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit der Universität Bonn, Stand: 3. Auflage, April 2017
Weitere Informationen auf www.hygiene-tipps-fuer-kids.de