



## Informationen zur Händehygiene

### Seife und Syndet

Seifen werden aus natürlichen Ölen und Fetten in Kombination mit Kali- oder Natronlauge hergestellt. Der pH-Wert von Seifen ist basisch und verschiebt demnach den natürlichen pH-Wert der Haut vorübergehend. Für gesunde und intakte Haut ist das in der Regel jedoch kein Problem.

„Syndets“ sind synthetische Detergentien – also waschaktive Substanzen (Tenside) aus chemisch hergestellten Rohstoffen. Darunter fallen Duschgele, Waschlotionen oder -emulsionen. Ihr neutraler bzw. saurer pH-Wert ist dem der Haut ähnlich.

Eine eindeutige Empfehlung, welche Produkte zum Händewaschen besser geeignet sind, kann nicht pauschal für jeden Hauttyp gegeben werden. Duft- und Farbstoffe sind jedoch in jedem Fall mit einem Allergierisiko behaftet und sollten daher vermieden werden.

Beim Händewaschen ist auf die richtige Reihenfolge zu achten: Erst anfeuchten, dann einseifen (Daumen und Fingerzwischenräume nicht vergessen), gelösten Schmutz mit ausreichend Wasser abspülen und sorgfältig abtrocknen, ohne zu stark zu rubbeln. Die Wassertemperatur nicht zu warm einstellen. Hände nach dem Waschen ggf. eincremen.

[http://www.ihph.de/hygiene-kids/cmsmadesimple/cmsmadesimple/uploads/PDF/3\\_8\\_TechnikHandzettel.pdf](http://www.ihph.de/hygiene-kids/cmsmadesimple/cmsmadesimple/uploads/PDF/3_8_TechnikHandzettel.pdf)

### Händedesinfektionsmittel

Händedesinfektionsmittel sind chemische Lösungen, die Bakterien, Hefen/Sprosspilze und Viren inaktivieren können, so dass von den Händen keine Ansteckungsgefahr mehr ausgeht.

Die Wirksamkeit hängt u.a. von den einzelnen Wirkstoffen, der Einhaltung der richtigen Einwirkzeit und Konzentration sowie der korrekten Anwendungstechnik ab.

Verwenden Sie wirksamkeitsgeprüfte, vom Verband für Angewandte Hygiene (VAH) zertifizierte Produkte aus der Desinfektionsmittel-Liste des VAH. Lassen Sie sich vom Arzt oder Apotheker beraten.



Im Privathaushalt ohne besonderes Ansteckungsrisiko unter den Familienmitgliedern bzw. Mitbewohnern ist die Händedesinfektion als Routinemaßnahme nicht notwendig.

Genauere Informationen zur korrekten Anwendungstechnik finden Sie auch unter:

[http://www.ihph.de/hygiene-kids/cmsmadesimple/cmsmadesimple/uploads/PDF/BroschuereHygiene\\_Web.pdf](http://www.ihph.de/hygiene-kids/cmsmadesimple/cmsmadesimple/uploads/PDF/BroschuereHygiene_Web.pdf)



## Übersicht über die Verfahren der Händehygiene

	Händewaschung	Hygienische Händewaschung	Hygienische Händedesinfektion
Keimreduktion (Antimikrobielle Wirkung)	Geringe Wirkung	Mittlere Wirkung	Starke Wirkung
Wasserzugabe	Ja	Ja, teilweise	Nein
Reinigungswirkung	Ja	Ja	Nein
Wirkungsspektrum	Entfernt Bakterien, Pilze und Viren <u>mechanisch</u>	In der Regel gegen alle Bakterien und Hefen/Sprosspilze wirksam, u.a. spezielle Testung für Viren notwendig	In der Regel gegen alle Bakterien und Hefen/Sprosspilze wirksam, u.a. spezielle Testung für Viren notwendig
Produktbezeichnungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seife</li> <li>• Syndets (= synthetische Detergenzien, inkl. Waschlotion oder -emulsion, Duschgel)</li> <li>• Ggf. „antimikrobielle“ Seife oder Waschlotion*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hygienisches Händewaschprodukt**</li> <li>• Auch gelegentlich als antimikrobielle Waschlotion bezeichnet**</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Händedesinfektionsmittel</li> </ul>
Beispiele für Anwendungsbereiche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Privathaushalt</li> <li>• Öffentliche Bereiche ohne besonderes Infektionsrisiko</li> <li>• Allgemeine Hygiene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Großküchen, Essensausgabe</li> <li>• Lebensmittelverarbeitung</li> <li>• Sanitäreinrichtungen in öffentlichen Gebäuden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medizinische Bereiche</li> <li>• Patientenpflege zu Hause</li> <li>• Altenpflege</li> <li>• Öffentliche Einrichtungen bei gehäuftem Auftreten von Infektionskrankheiten</li> </ul>
Anwendungsart	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erst Wasser, dann einseifen, dann mit Wasser abspülen und abtrocknen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nach Beschreibung mit Wasserzugabe oder als fertige Waschlösung, Einwirkzeit beachten, mit klarem Wasser abspülen und abtrocknen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf der Beschreibung angegebene Menge in die trockenen, sauberen Hände geben und die Hand vollständig benetzen (inkl. Handrücken, Fingerzwischenräume, Daumen), Einwirkzeit beachten</li> <li>• Nicht abspülen!</li> </ul>





#### Anmerkungen:

\*Sonderfall „antimikrobiell wirksam“: Nicht geschützter Begriff, der bei Seifen oder Syndets verwendet werden kann, um zu zeigen, dass allgemeine Tests zur Keimreduktion durchgeführt wurden. Diese Produkte haben jedoch keinen erwiesenen Zusatznutzen gegenüber normalen Seifen. Triclosanhaltige Produkte sollten nicht verwendet werden.

\*\* Hygienische Händewaschprodukte: Hier sind die Produkte nach einem standardisierten Testverfahren nach DIN bzw. VAH geprüft worden. Achten Sie ganz genau auf die Angaben auf dem Etikett.

Die Desinfektion ist eine Maßnahme zur Beseitigung der Infektionsgefahr durch Krankheitserreger. Die Desinfektion hat zum Ziel, eine bestimmte Zahl an Mikroorganismen (von Händen, Flächen, Gegenständen, Wäsche) abzutöten oder irreversibel zu inaktivieren. Im Unterschied zum normalen Händewaschen mit Wasser und Seife, geschieht dies durch chemische Verfahren, nicht durch mechanische Entfernung. Geprüfte Desinfektionsmittel finden Sie in der VAH-Liste. Siehe unter: VAH = Verbund für Angewandte Hygiene e.V. [www.vah-online.de](http://www.vah-online.de)

Hinweis: Die Keimreduktion wird oft in log-Stufen angegeben. 1  $\log_{10}$ -Stufe bedeutet eine Reduktion von 90%, da von der Ursprungspopulation 100 (= 10 x 10) lediglich 10 überlebt haben. log-Stufe in der Biologie beschreibt die Reduktion um jeweils eine Zehnerpotenz. 99% Reduktion entspricht in etwa der Seifenwirkung. 1  $\log_{10}$ -Stufe = 90%, 2  $\log_{10}$ -Stufen = 99%, 3  $\log_{10}$ -Stufen = 99.9%. Desinfektion = etwa 4 bis 7  $\log_{10}$ -Stufen.

*Wenn Sie etwas aus diesen Informationen auf Ihrer Webseite oder für Ihre Publikationen verwenden möchten, zitieren Sie bitte mit: Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit der Universität Bonn. Hygiene-Tipps für Kids. Informationen zur Händehygiene. März 2015. [www.hygiene-tipps-fuer-kids.de](http://www.hygiene-tipps-fuer-kids.de)*