



## Informationen zur Händehygiene

Seife, antimikrobielle Seife, Syndet, Desinfektionsmittel – was sind die Unterschiede?

### 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. schwach 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 in etwa 20 s einseifen und sanft reiben (Fingerspitzen, 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. zur Hautpflege eincremen.





## Händedesinfektionsmittel

Händedesinfektionsmittel sind chemische Lösungen, die Bakterien, Hefen/Sprosspilze und Viren inaktivieren können, so dass von ihnen 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.



Im Privathaushalt ohne besonderes Ansteckungsrisiko der Familienmitglieder bzw. der Mitbewohner ist die Händedesinfektion als Routinemaßnahme nicht notwendig.

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, welche Eigenschaften das Produkt haben muss und wie es korrekt anzuwenden ist. Beispielsweise darf Händedesinfektionsmittel nur in die trockene Hand gegeben und auch nicht anschließend wieder abgespült werden. Nur die richtige Anwendung mit dem richtigen Produkt erzielt auch eine Wirkung. Die Desinfektionsmittel-Liste steht als Portal kostenfrei online zur Verfügung: [vah-liste.mhp-verlag.de](http://vah-liste.mhp-verlag.de)

Auf der nächsten Seite finden Sie eine Übersichtstabelle über die verschiedenen Verfahren zur Händehygiene und ihre Verwendung.



## Übersicht über die verschiedenen Verfahren zur Händehygiene

|  | Händewaschung  | Hygienische Händewaschung   | Hygienische Händedesinfektion   |
|--|--|---|---|
| <b>Keimreduktion (Antimikrobieller Wirkungsgrad)</b> | Geringer Wirkungsgrad  | Mittlerer Wirkungsgrad  | Hoher Wirkungsgrad  |
| <b>Wasserzugabe</b>                                  | Ja   | Ja, teilweise   | Nein  |
| <b>Reinigungswirkung</b>                             | Ja   | Ja  | Nein  |
| <b>Wirkungsspektrum</b>                              | Entfernt einen Großteil der Bakterien, Pilze und Viren hauptsächlich durch das Reiben und Abspülen, also <u>mechanisch</u>   | In der Regel gegen alle Bakterien und Hefe/Sprosspilze wirksam, spezielle Testung für Viren notwendig   | In der Regel gegen alle Bakterien und Hefe/Sprosspilze wirksam, u.a. spezielle Testung für Viren und Sporen notwendig   |
| <b>Produktbezeichnungen</b>                          | <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>  |
| <b>Beispiele für Anwendungsbereiche</b>              | <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>• Sanitäranlagen 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> |
| <b>Anwendungsart</b>                                 | <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</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)</li> </ul>          |



#### Anmerkungen:

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

\* Sonderfall „antimikrobiell wirksam“: Nicht geschützter Begriff, der bei Seifen oder Syndets verwendet werden kann, um zu zeigen, dass Tests zur Keimreduktion durchgeführt wurden.

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, damit keine Infektionsgefahr mehr davon ausgehen kann.

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. <http://www.vah-online.de/>

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.

1  $\log_{10}$ -Stufe = 90%, 2  $\log_{10}$ -Stufen = 99%, 3  $\log_{10}$ -Stufen = 99.9%. Desinfektion = etwa 4 bis 7  $\log_{10}$ -Stufen. 99% Reduktion entsprechen etwa der Seifenwirkung.

#### Zitierhinweis:

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 2020. Webseite: [www.hygiene-tipps-fuer-kids.de](http://www.hygiene-tipps-fuer-kids.de)

Kontakt: [c.ilschner@gmx.de](mailto:c.ilschner@gmx.de)