



### Das können Sie noch tun, um sich und andere vor der Ansteckung mit Krankheitserregern zu schützen

- Husten und niesen Sie in ein Papiertaschentuch oder in die Armbeuge.
- Berühren Sie Mund, Augen und Nase nicht mit den Händen.
- Vermeiden Sie den Kontakt mit belasteten Flächen, z. B. Türklinken und Haltegriffen in öffentlichen Verkehrsmitteln.
- Lüften Sie die Räume, in denen Sie sich aufhalten, mehrmals täglich für mehrere Minuten durch.
- Halten Sie Abstand und meiden Sie Menschenansammlungen.
- Wenn es Sie doch erwischt hat, schränken Sie den Kontakt mit anderen Menschen auf ein Minimum ein.

### Zertifizierungen



### Kontakt

#### Asklepios Klinik Nord - Heidberg

Melanie Budde  
Fachgesundheits- und Krankenpflegerin für Hygiene  
Tangstedter Landstr. 400  
22417 Hamburg  
Tel.: (0 40) 18 18-87 90 82  
m.budde@asklepios.com  
www.asklepios.com/nord



Infektionen vermeiden

## Freundlich grüßen ohne Händedruck





## Liebe Patientin, lieber Patient, sehr geehrte Angehörige,

ein fester Händedruck gehört zum guten Ton. Dennoch verzichten wir in der Asklepios Klinik Nord auf dieses Begrüßungsritual – und das aus gutem Grund. Wussten Sie, dass bis zu 80 Prozent aller Infektionskrankheiten über die Hände übertragen werden? Deshalb ist die Frage des Händedrucks für uns nicht nur eine Frage der Höflichkeit, sondern vor allem der Verantwortung. Wenn wir Sie also „nur“ mit einem freundlichen Wort und einem Lächeln begrüßen, ist dies eine Hygienemaßnahme, die in erster Linie Ihrem Schutz dient.

Bereits seit vielen Jahren nimmt die Asklepios Klinik Nord an der „AKTION Saubere Hände“ teil. Die vom Bundesministerium für Gesundheit unterstützte Kampagne hat sich zum Ziel gesetzt, die Zahl der Infektionen durch nosokomiale (= im Krankenhaus erworbene) Keime durch eine Verbesserung des Händedesinfektionsverhaltens zu senken. Aber auch außerhalb von Krankenhäusern kommen Sie mit Krankheitserregern in Kontakt. In diesem Informationsblatt finden Sie Tipps, wie Sie sowohl bei uns in der Klinik als auch im Alltag eine Ansteckung mit Viren und Bakterien vermeiden können.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Asklepios Klinik Nord



## Hygienische Händedesinfektion

Um nosokomialen Infektionen vorzubeugen, ist die hygienische Händedesinfektion das A und O. Desinfektionsmittelspender finden Sie in den Eingangsbereichen der Stationen, auf den Stationen, in den Patientenzimmern und in den Besuchertoiletten.

### Eine hygienische Händedesinfektion ist notwendig

- vor dem Betreten und Verlassen einer Station
- nach dem Toilettenbesuch
- nach dem Niesen und Nasenputzen

### So geht's richtig

1. Desinfektionsmittel in die hohlen, trockenen Hände geben.
2. Desinfektionsmittel 30 Sekunden lang bis zu den Handgelenken verreiben. Vergessen Sie dabei Daumen, Fingerkuppen und Nagelfalz nicht!
3. Achten Sie darauf, dass die Hände während der gesamten Einreibezeit feucht bleiben. Bei Bedarf entnehmen Sie erneut Desinfektionsmittel aus dem Spender.

## Hände waschen

Waschen ist die einfachste, außerhalb medizinischer und pflegerischer Bereiche meist auch ausreichende Maßnahme zur Reinigung der Hände.

### So geht's richtig

1. Hände unter fließendem, lauwarmem Wasser anfeuchten. Armbanduhr und Schmuck am besten vorher abnehmen.
2. Hände 30 Sekunden lang gründlich einseifen. Achten Sie darauf, die Seife auf der gesamten Fläche, d. h. auch auf den Handrücken, in den Fingerzwischenräumen und auf den Handgelenken, zu verteilen. Da Seifenstücke häufig mit Keimen belastet sind, empfiehlt sich die Nutzung von Flüssigseife.
3. Seife unter fließendem, lauwarmem Wasser restlos abspülen.
4. Hände sorgfältig abtrocknen. Verwenden Sie am besten Einmalhandtücher. Zu Hause sollten Handtücher nur von einer Person genutzt werden.