

## Infectiepreventie... Doe mee!

Het is heel belangrijk voor uw welzijn en dat van de andere revalidanten dat de verspreiding van ongewenste bacteriën vermeden wordt. Vaak is onwetendheid de oorzaak van fouten tegen de **basisprincipes van hygiëne**. Deze folder biedt een **leidraad**, zodat ook u kunt bijdragen aan de kwaliteitsvolle zorgverlening die we in ziekenhuis Inkendaal nastreven.



Wist je dat...



- ▶ kiemen (bacteriën en virussen) **overal** leven: in onze omgeving op onze huid, in ons lichaam. Ze zijn microscopisch klein en dus onzichtbaar met het blote oog.
- ▶ de meeste bacteriën **goede bacteriën** zijn die ons helpen om gezond te blijven. Een klein aantal bacteriën en virussen kunnen echter wel infecties of ziekte veroorzaken. Deze '**slechte**' bacteriën kunnen bijvoorbeeld via de handen of via voorwerpen, overgedragen worden van de ene persoon op de andere. Dit kan mensen ziek maken, zeker in een revalidatiecentrum waar mogelijk zorgvragers komen met verminderde weerstand.
- ▶ de **meeste kiemen via de handen worden overgedragen**. Daarom streven we in ziekenhuis Inkendaal een streng handhygiënebeleid na, voor alle zorgverstrekkers, maar ook van toepassing voor de revalidant en zijn familie.



- ▶ er **multiresistente kiemen** zijn die een weerstand ontwikkeld hebben tegen antibiotica en dus moeilijker te behandelen zijn en waarvoor bijkomende voorzorgsmaatregelen nodig zijn. Deze maatregelen zijn afhankelijk van het soort kiem, de locatie op het lichaam en de manier van overdracht van de ene revalidant op de andere. Vandaar dat bij bepaalde zorgen bijkomende beschermende middelen gebruikt zullen worden zoals handschoenen, beschermerschort, masker en eventueel spatbril. In bepaalde situaties kan ook aan de revalidant gevraagd worden om deze voorzorgsmaatregelen toe te passen. De arts of de verpleegkundige van de afdeling zal dit met u bespreken. Het team ziekenhuishygiëne ondersteunt hierin waar nodig.

**inkendaal**  
revalidatieziekenhuis

### Nog vragen?

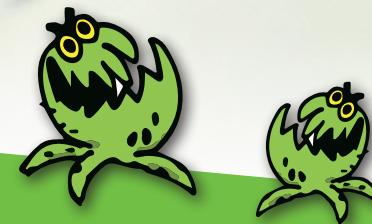
Heb je na het lezen van deze folder nog vragen, aarzel dan niet deze te stellen aan een verpleegkundige of therapeut op de afdeling of aan het team ziekenhuishygiëne.

LEES eveneens de onthaalbrochure die u bij opname kreeg.



versie mei 2021

## INFECTIEPREVENTIE voor revalidanten



Wat kan u doen  
om ziekenhuisinfecties  
te voorkomen?

## Zorg voor een goede handhygiëne !



Was uw handen regelmatig met water en zeep of ontsmet ze met handalcohol.

Het is niet omdat uw handen niet zichtbaar bevuild zijn dat er geen kiemen op aanwezig zijn.

### Was uw handen...

- ▶ Voor en na de maaltijd
- ▶ Na elk toiletbezoek
- ▶ Na snuiten van de neus, na hoesten of niezen.
- ▶ Na zichtbare of voelbare bevuilding

Zo voorkomt u dat kiemen zich kunnen vasthechten aan uw handen, voedsel, deuren van het toilet,... en zo ziekte kunnen veroorzaken bij uzelf of andere revalidanten en zorgverleners.

### Ontsmet uw handen...

- ▶ Voor elke therapie waarbij gebruik gemaakt wordt van gemeenschappelijk materiaal.
  - ▶ Na het snuiten van de neus of contact met slijmen
- Zo voorkomt u dat kiemen van uw handen overgebracht worden naar de oefentoeestellen of gemeenschappelijke materialen



## Zorg voor een goede algemene hygiëne !

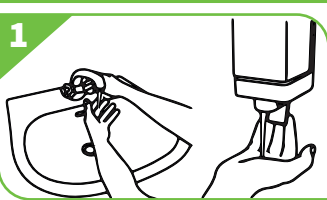
Draag steeds **propere en schoon gewassen kledij**. Wissel dagelijks van ondergoed en kousen. De vuile was die door uw familie wordt meegenomen moet op de hoogst mogelijke temperatuur gewassen worden.

**Gebruik** voor het snuiten van de neus steeds **papiere zakdoekjes** en gooi ze onmiddellijk weg na gebruik.



**Bedek altijd uw neus en mond** tijdens het **hoesten en niezen** en was of ontsmet nadien uw handen.

### HOE WAS IK MIJN HANDEN met water en zeep?



1 Bevochtig de handen met water en neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep.



2 Wrijf de handpalmen tegen elkaar



3 Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.



4 Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.



5 Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.



8 Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden.

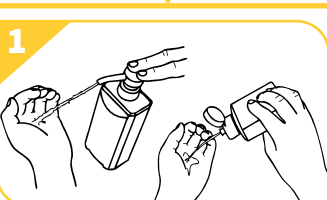


9 Dep de handen droog met een wegwerphanddoekje.



10 Sluit de kraan met het handdoekje zodat je handen niet opnieuw besmet geraken met microben die zich op de kraan bevinden.

### HOE ONTSMET IK MIJN HANDEN met handalcohol?



1 Neem een handvol handalcohol (ongeveer 3 ml).



6 Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.



7 Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in de palm van de andere hand.



20-30 sec.



40-60 sec.



Zorg voor een goede hygiëne van de rolstoel.

Kiemen kunnen zich vasthechten aan de rolstoel en zo via de handen doorheen de instelling verspreid worden. Zorg daarom voor een correcte reiniging van de meest aangeraakte contacten van de rolstoel, o.a. zitkussen, handvaten, wielhoepel, enz. ern doe dit op regelmatige tijdstippen.

De instelling beschikt over speciale vochtige doekjes met reinigende en ontsmettende eigenschap voor dit soort materiaal. Idem voor hulpstukken in gemeenschappelijk sanitair in de patientenkamer (o.a. WC verhoger,... ENKEL materiaal, geen lichaamszorg! Spoel de WC steeds door met gesloten deksel.

**VRAAG HULP WAAR NODIG!**