

# Protocol: Handhygiëne

## Inhoud

1	Inleiding .....	1
2	Handhygiëne.....	2
2.1	Definitie van handhygiëne .....	2
2.2	Benodigheden voor handhygiëne.....	2
2.3	Soorten handhygiëne.....	2
2.4	Wanneer pas je handhygiëne toe? .....	3
2.5	Werkinstructies handhygiëne .....	4
3	Handschoenen en handhygiëne .....	4
4	Verantwoordelijkheden.....	5
	Bronnen.....	5
Bijlage 1	Werkinstructie handdesinfectie .....	6
Bijlage 2	Werkinstructie handreiniging (handen wassen).....	7
Bijlage 3	Poster werkinstructie handen desinfecteren of handen wassen .....	8
Bijlage 4	Toelichting momenten van handhygiëne “Woning in, woning uit, voor schoon, na vies” .....	9
Bijlage 5	Instructiekaart 4 momenten van handhygiëne bij Fokus .....	11

## 1 Inleiding

### Doelstelling

Een goede handhygiëne van medewerkers die direct of indirect betrokken zijn bij de verzorging van cliënten, is één van de belangrijkste infectiepreventieve maatregelen. De meeste ziekteverwekkers (micro-organismen) worden via de handen verspreid. Van medewerkers naar cliënten en hun directe omgeving, en omgekeerd.

### Doelgroep

ADL assistenten en alle andere zorgmedewerkers bij Fokus met direct cliëntencontact.

### Achtergrond

Bacteriën, virussen, gisten (dit zijn eencellige schimmels), virussen en (eencellige) parasieten zijn micro-organismen. Micro-organismen zijn levende organismen die zo klein zijn dat ze niet met het blote oog te zien zijn. Deze micro-organismen leven overal. Sommige micro-organismen veroorzaken ziekten en infecties, we noemen ze dan ook wel “ziekteverwekkers”.

De micro-organismen die op de handen voorkomen noemen we ook wel de huidflora. Deze bestaat vooral uit bacteriën. We maken onderscheid tussen de zogenaamde blijvende (onze eigen) en de tijdelijke micro-organismen.

De blijvende, eigen flora bestaat voornamelijk uit niet ziekteverwekkende micro-organismen. Tijdelijke flora zijn de micro-organismen waar je mogelijk wel ziek van kan worden en die pik je op door de omgeving, zeker als je in de zorg werkt omdat je in contact komt met lichaamsvloeistoffen zoals urine of ontlasting.

Tijdelijke flora worden bij (hand)-contact gemakkelijk overgedragen.

Door het wassen van de handen wordt vuil en tijdelijke flora verwijderd. Met handdesinfectie wordt de tijdelijke maar ook de blijvende flora gedood.

ADL-assistenten doen veel zorghandelingen achter elkaar. Daarom is het belangrijk om op de juiste momenten goede handhygiëne toe te passen. Daarnaast is het van belang dat je tijdens de assistentieverlening zo min mogelijk met je handen aan je gezicht zit. Hiermee voorkom je dat je jezelf besmet met ziekteverwekkers.

Om een goede handhygiëne uit te kunnen voeren is het dragen van ringen, armbanden, horloges en piercings (aan handen) niet toegestaan. Deze belemmeren het verwijderen en/of doden van micro-organismen op, onder en in de buurt van de sieraden. Zie het protocol "Persoonlijke hygiëne".

Daarnaast is het noodzakelijk zorg te dragen voor de aanwezigheid van voldoende goed ingerichte handenwasgelegenheden (in de unit en bij de cliënt) en handalcohol in de unit, bij de cliënt of een klein flesje die de ADL assistent bij zich draagt.

## 2 Handhygiëne

### 2.1 Definitie van handhygiëne

De handelingen om de micro-organismen van de handen te verwijderen of te doden. Dit kan door handalcohol (handdesinfectie) of water, zeep en een (papieren) handdoek (handreiniging).

Tijdelijke flora	De (vaak ziekte veroorzakende) micro-organismen, die van de ene plaats via een tijdelijk verblijf op de handen, worden overgebracht naar een andere plaats
Blijvende flora	De (voornamelijk niet ziekte veroorzakende) micro-organismen, die op en in de huid thuishoren
Handenreiniging	Het verwijderen van vuil en tijdelijke flora op de handen. De handen worden gewassen met water en vloeibare zeep.
Handdesinfectie	Het ter plaatse doden van de tijdelijke en blijvende flora op de handen door gebruik te maken van handalcohol.
Ziekteverwekkers	Bacteriën, gisten en schimmels, virussen en eencellige parasieten kunnen ziekteverwekkers zijn. Dit zijn micro organismen
Micro-organismen	Bacteriën, gisten en schimmels, virussen en eencellige parasieten zijn micro-organismen. Dit zijn levende organismen die zo klein zijn dat ze niet met het blote oog te zien zijn. Deze micro organismen leven overal. Sommige micro organismen veroorzaken ziekten en infecties, we noemen ze dan ook wel "ziekteverwekkers".

### 2.2 Benodigheden voor handhygiëne

Voor handhygiëne is het volgende noodzakelijk:

- Goed ingerichte handenwasgelegenheden
- Vloeibare zeep in vervangbare flacon (niet navullen)
- Disposable papieren handdoekjes of keukenrol
- Afvallemmer, gesloten met voetbediening
- Handalcohol in vervangbare dispenser (niet navullen)

Voorwaarde:

ADL assistenten beschikken over kleine handalcoholflesjes welke zij kunnen meenemen naar de cliënt.

### 2.3 Soorten handhygiëne

In de meeste gevallen heeft het de voorkeur dat je je handen desinfecteert met handalcohol. Alleen bij zichtbaar vuil of na toiletbezoek is het noodzakelijk je handen te wassen.

**Let op:** Handdesinfectie na handreiniging is overbodig en belast de huid onnodig.

Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie

Wat	Wanneer	Waarmee	Hoe en waarom
Handdesinfectie = doden/eliminieren met handalcohol  <b>Plaatje handalcohol</b>	Niet zichtbare besmetting	Handalcohol	Verzorgend voor de handen door terugvettende stoffen efficiënter qua tijdsduur 30 seconden droogwrijven heel belangrijk.
Handreiniging= handen wassen met water en vloeibare zeep  <b>Plaatje vloeibare zeep</b>	Zichtbaar vuil, plakkerige handen of na toiletbezoek	Water en zeep	Enige manier om handen van zichtbaar vuil te reinigen. Droogt de handen sneller uit. Afdrogen met keukenrol of papieren servet

## 2.4 Wanneer pas je handhygiëne toe?

Volgens de WHO zijn er 5 belangrijke momenten van handhygiëne:

1. Voordat een client wordt aangeraakt.
2. Voordat er een schone (verpleegkundige) zorghandeling plaatsvindt.
3. Na (fysiek) contact met de cliënt (wassen, aankleden).
4. Na (fysiek) contact met de omgeving van de cliënt (beddengoed, postoeel, tillift).
5. Na contact met lichaamsmaterialen en vloeistoffen (zweet, urine, ontlasting, bloed, slijmvliezen, sputum, sperma, vaginavocht).

Wanneer	Voorbeeld moment	Waarom
VOOR contact met de cliënt	Wassen, aankleden, hulp bij eten, ondersteuning bij toiletgang	Om te voorkomen dat je opgepikte bacteriën uit je omgeving of van andere cliënten overbrengt naar deze cliënt.
VOOR schone/steriele handelingen	Blaasspoelen, katheter verzorgen	Om te voorkomen dat je dit (kwetsbare) schone/steriele gebied besmet met bacteriën uit de omgeving of van andere cliënten.
NA contact met de cliënt	Wassen, aankleden, hulp bij eten, ondersteuning bij toiletgang	Om te voorkomen dat je de omgeving en/of anderen besmet met (mogelijk ziekteverwekkende) bacteriën van deze cliënt.
NA contact met de omgeving van de cliënt	Bed opmaken, spullen nachtkastje opruimen, kussen in rolstoel goedleggen	Om te voorkomen dat je de omgeving en/of anderen besmet met (mogelijk ziekteverwekkende) bacteriën van deze cliënt, die ook in grote aantallen in de directe omgeving van de cliënt aanwezig zijn
NA contact met lichaams(vloeistoffen)	Toilet schoonmaken, urinezak verwisselen	Om te voorkomen dat je de omgeving en/of anderen besmet met bacteriën die aanwezig zijn in dit materiaal

De momenten dat je handhygiëne toepast kun je samenvatten in de volgende zin “woning in, woning uit, voor schoon, na vies”. Dit is makkelijker te onthouden.

Handhygiëne – “woning in, woning uit, voor schoon, na vies”	
Voor contact met de cliënt	<b>Woning in</b> : Je bent in de woning, je doet de deur dicht en je hebt je aangemeld bij de intercom.
Na contact met de cliënt	<b>Woning uit</b> : Je hebt je afgemeld bij de intercom, vlak voor dat je de woning uitloopt.
Na contact met de omgeving van de cliënt	<b>Woning uit</b> : Je hebt je afgemeld bij de intercom, vlak voor dat je de woning uitloopt.
Voor schone/steriele handelingen	<b>Voor Schoon</b> Er zijn drie soorten schone handelingen. Bij beide moet je eerst handhygiëne toepassen. Handelingen waarbij je de huidbarrière doorbreekt (invasieve handelingen) of verpleegkundige/EVA handelingen. <i>Invasieve handelingen zijn bijvoorbeeld injecteren, blaasspoelen, katheterzorg en ogen druppelen.</i> Bereiden van voedsel en serveren van voedsel. Medicijnen aanreiken of klaarmaken.
Na contact met lichaamsvloeistoffen (of materiaal besmet met lichaamsvloeistoffen).	<b>Na Vies</b> 'Na vies' is na aanraking met lichaamsvloeistoffen, van jezelf of van de cliënt. Denk bijvoorbeeld aan urine, ontlasting sputum, bloed, braaksel, sperma of vaginaal vocht . Na contact met mogelijk besmet materiaal zoals een postoeel, contact met afval van incontinentiemateriaal, vervuild wasgoed.

Een toelichting over “woning in, woning uit, voor schoon, na vies” is opgenomen in bijlage 4.

## 2.5 Werkinstructies handhygiëne

De volgende werkinstructies zijn beschikbaar:

- De werkinstructie voor handdesinfectie is opgenomen in bijlage 1.
- De werkinstructie voor handreiniging is opgenomen in bijlage 2.
- In bijlage 3 is een poster opgenomen met een werkinstructie handen desinfecteren of handen wassen.
- In bijlage 4 is een toelichting opgenomen over “woning in, woning uit, voor schoon, na vies”.
- In Bijlage 5 is een instructiekaart opgenomen over 4 momenten van handhygiëne bij Fokus.

## 3 Handschoenen en handhygiëne

### Wanneer gebruik je handschoenen?

Handschoenen gebruik je altijd als er kans is dat je in contact komt met lichaamsvloeistoffen, slijmvliezen of een niet intacte huid. Lichaamsvloeistoffen zijn urine, ontlasting, snot of sputum, zweet, bloed, braaksel, sperma of vaginaal vocht. Zie hiervoor het protocol “Gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen”.

### Het gebruik van handschoenen vervangt het toepassen van handhygiëne niet.

Goed gebruik van handschoenen gecombineerd met goede handhygiëne vergt veel aandacht!

### Pas altijd handhygiëne toe voor het aantrekken en na het uitrekken van handschoenen

Pak altijd met schone handen handschoenen uit de handschoendoos. Tijdens het uittrekken van de handschoenen kunnen de handen besmet raken. Daarnaast bevatten sommige handschoenen hele kleine gaatjes (pinholes) waar micro organismen doorheen kunnen.

Zie ook het document “Gebruik van persoonlijke beschermende maatregelen”. Pas nooit handhygiëne toe op gehandschoende handen. Dit maakt de handschoen poreus en komen je handen mogelijk alsnog in contact met lichaamsvochten.

Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie

Draag niet twee paar handschoenen over elkaar tenzij dit specifiek benoemd staat in een protocol van een verpleegkundige handeling (bijvoorbeeld manueel ontlasting verwijderen). Bij het verwijderen van de 1<sup>e</sup> laag handschoenen is er grote kans op contaminatie van de tweede laag.

#### **Wanneer wissel je handschoenen?**

Je wisselt handschoenen direct na contact met lichaamsvloeistoffen of als de handschoen beschadigd of zichtbaar verontreinigd is, dus “na vies”. Je verwisselt tussen twee handelingen in als de volgende handeling ‘schoner’ is dan de voorgaande handeling. Wanneer een cliënt een vorm van isolatie heeft en de zorgverlening voortdurend met handschoenen moet plaatsvinden, wissel je de handschoenen op dezelfde momenten als dat je normaal handhygiëne toepast.

## **4 Verantwoordelijkheden**

#### **Verantwoordelijkheden van de manager:**

De manager is verantwoordelijk voor de randvoorwaarden: In de unit hangen op gebruikelijk plekken zoals de wc, badkamer en keuken zeepdispensers of handalcoholdispensers, er is voldoende handalcohol beschikbaar.

#### **Verantwoordelijkheden van de cliënt:**

De cliënt zorgt voor beschikbaarheid van papieren handdoekjes of keukenrol.

## **Bronnen**

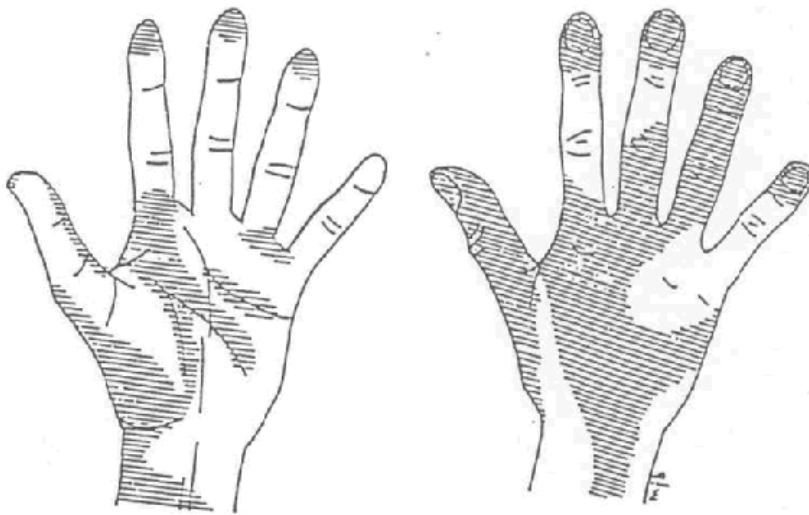
1. RIVM hygiënerichtlijn thuiszorg [Hygiëneadviezen thuiszorg | RIVM](#)
2. CareB4 , Charlotte Michels Deskundige Infectiepreventie
3. Publiek ZIPnet : [Handhygiëne | Publiek ZIPnet](#)

## Bijlage 1 Werkinstructie handdesinfectie

- Breng uit de dispenser of een klein meeneemflesje handalcohol aan op de droge handen, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken, of het dopje van het kleine flesje.
- Neem zoveel handalcohol dat het kuiltje van één hand met handalcohol is gevuld. Deze hoeveelheid is nodig om de handen gedurende de volledige inwerktijd van de handalcohol (30 seconden) nat te houden.
- Wrijf de handen nu gedurende ongeveer 30 seconden zorgvuldig over elkaar, tot ze droog zijn. Ook de vingertoppen, duimen, gebieden tussen de vingers en de polsen moeten grondig met de handalcohol worden ingewreven.
- Zorg dat je handen goed droog zijn. Bij niet of onvoldoende droging van de alcohol is het effect minder en bestaat bovendien de kans bij aansluitend gebruik van handschoenen, op huidirritatie.

### Aandachtspunten

- Vaak worden bepaalde delen van de handen vergeten. Veel vergeten delen van de handen zijn de vingertoppen, tussen de vingers, en de duimen.



Handhygiëne: donkere plekken worden vaak vergeten.

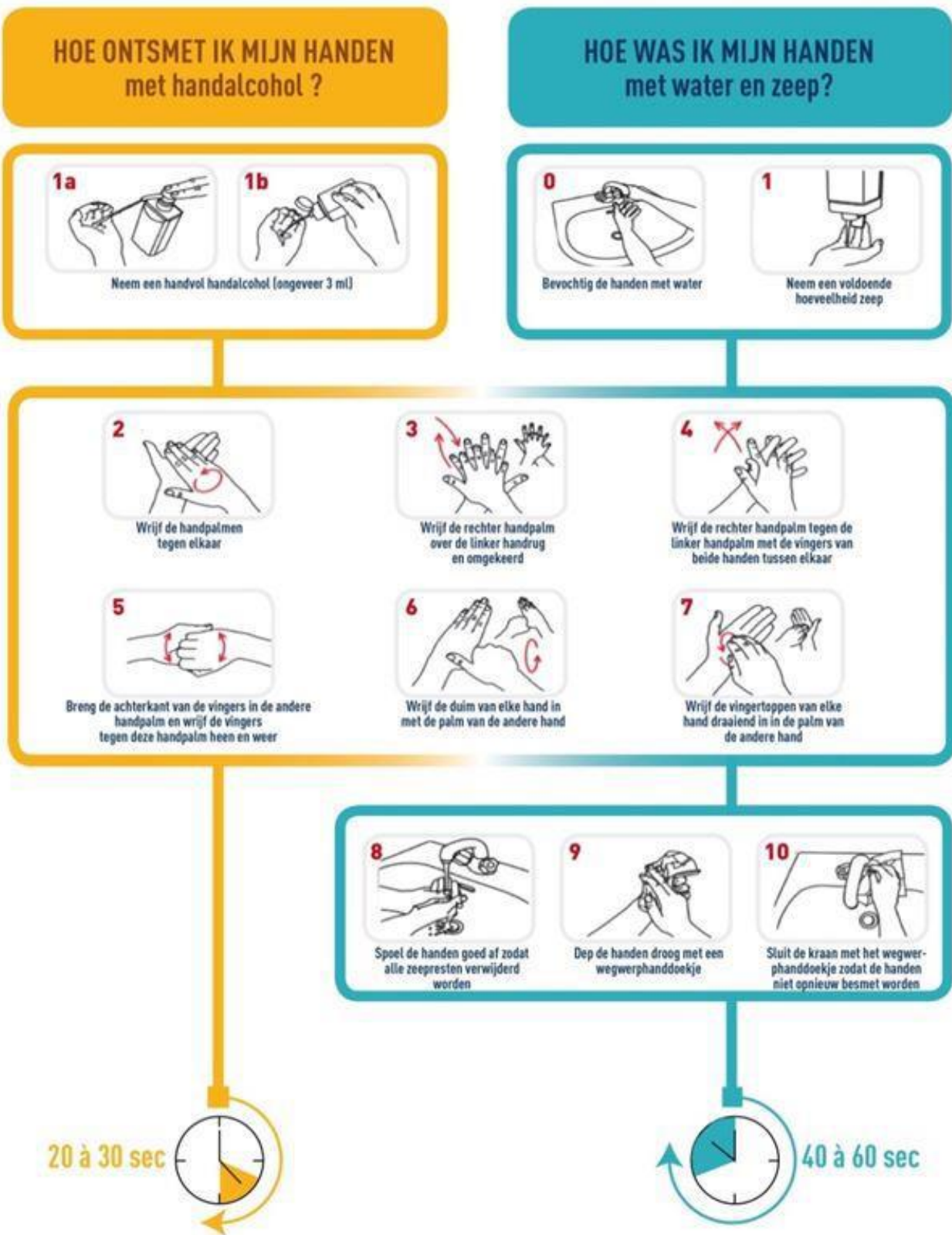
## Bijlage 2    Werkinstructie handreiniging (handen wassen)

- Open de kraan. De temperatuur moet behaaglijk zijn voor de handen en het water moet flink stromen,
- Maak de handen goed nat en voorzie deze vervolgens van een laag vloeibare zeep uit een dispenser, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken,
- Wrijf de handen nu vervolgens gedurende 10 seconden goed over elkaar, vingertoppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen moeten goed worden ingewreven,
- Spoel de handen goed af onder flink stromend water,
- Droog de handen goed af met een papieren handdoek of keukenrol, ook de polsen en de huid tussen de vingers goed drogen,
- Sluit de kraan met de elleboog of met de disposable handdoek,
- Werp de gebruikte papieren handdoek of keukenrol in de daarvoor bestemde afvalbak.

### Aandachtspunten

- Om de handen goed te kunnen wassen dienen geen belemmeringen zoals ringen, polshorloges, armbanden aanwezig te zijn.
- Plak wondjes en andere huidbeschadigingen aan de handen af met een niet vochtdoorlaatbare pleister of draag handschoenen.
- Belangrijk bij dikwijls handen wassen is het gebruik van een enigszins vette handcrème uit een tube, zodat de handen gaaf blijven ondanks het frequente wassen.
- Zeepdispensers mogen vanwege het risico van besmetting vanuit het residu, nooit worden bijgevuld. De gehele voorraadfles dient te worden vervangen.

## Bijlage 3 Poster werkinstructie handen desinfecteren of handen wassen



Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie



## Bijlage 4 Toelichting momenten van handhygiëne “Woning in, woning uit, voor schoon, na vies”

Onderzoeker Gwen Teesing van de GGD Rotterdam-Rijnmond en het Erasmus MC merkte in de praktijk dat de vijf momenten van de WHO voor veel zorgmedewerkers best ingewikkeld of verwarrend zijn. Daarom bedacht zij andere termen voor de langdurige zorg. Die ook nog eens veel gemakkelijker te onthouden zijn.

1. Woning in (moment 1 van de WHO)
2. Woning uit (moment 4 en 5 van de WHO)
3. Voor Schoon (moment 2 van de WHO)
4. Na Vies (moment 3 van de WHO)



### **Woning in:**

Voor 'woning in' geldt: je doet de voordeur van de woning open en loopt naar binnen. Je sluit de deur en meldt je aan bij de intercom en daarna doe je handhygiëne. Dit is dus altijd aan de binnenkant van de woning waar de client verblijft.

Woning in blijkt vaak een aandachtspunt. Veel zorgprofessionals denken er niet aan, omdat ze het gevoel hebben dat ze schoon zijn op het moment dat ze de kamer in lopen en meteen aan de slag willen.

### **Woning uit:**

Ook 'woning uit' is in de woning. Voordat je de woning van de cliënt weer verlaat, meldt je je af bij de intercom en daarna doe je altijd handhygiëne. Niet pas als je als je buiten/op de gang staat, want dan heb je de deurklink al aangeraakt met je 'vieze' handen. Je gaat dus ook niet met handschoenen de gang op.

### **Voor Schoon:**

Er zijn drie soorten schone handelingen. Bij deze schone handelingen moet je eerst handhygiëne toepassen.

1. Handelingen waarbij je de huidbarrière doorbreekt (invasieve handelingen) of EVA/verpleegkundige handelingen.
2. Medicatie aanreiken.
3. Bereiden en serveren van eten.

Invasieve handelingen zijn bijvoorbeeld injecteren, blaasspoelen, katheterzorg en ogen druppelen. Bij deze handelingen pas je niet alleen handhygiëne toe, maar draag je ook handschoenen. En na het uittrekken ook weer. Handschoenen zijn namelijk nooit een vervanging voor handhygiëne.

Probeer van schoon naar vies te werken, zodat je niet onnodig vaak handhygiëne hoeft te doen. Overleg een handige volgorde met de cliënt.

Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie

**Na Vies:**

Dit is waarschijnlijk voor ADL assistenten het meest logische moment om de handen goed schoon te maken. 'Na vies' is na aanraking met lichaamsvocht, van jezelf of van de cliënt. Denk bijvoorbeeld aan snot, bloed, urine, ontlasting of braaksel. Let op: als je je handschoenen uittrekt is dit moment ook "na vies"!

Na een EVA/verpleegkundige handeling is het reinigen van je handen dus nodig, maar ook na het verschonen van het beddengoed of na het aanraken van een katheterzak. Ook na het wassen, verschonen of helpen bij het naar de wc gaan moet je handhygiëne toepassen.

Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie

## Bijlage 5 Instructiekaart 4 momenten van handhygiëne bij Fokus

**ZIPnet** Fokus op hygiëne  
Infectiepreventie in verpleeg-, verzorgingshuizen en thuiszorg

### 4 momenten van handhygiëne

 Indien zorgcontact

**Woning in**

Je bent in de woning, je doet de deur dicht en je hebt je aangemeld bij de intercom

 Indien zorgcontact

**Woning uit**

Je hebt je afgemeld bij de intercom, vlak voor dat je de woning uitloopt



**Voor schoon**

Voor schone handelingen zoals EVA handelingen, medicatie aanreiken of voedsel bereiden



**Na vies**

Na contact met lichaamsvloeistoffen, besmet materiaal of na het uittrekken van handschoenen.

Voor volledige informatie zie WHO 5 momenten voor handhygiëne  
Voor meer informatie over hygiëne kunt u kijken op het medewerkersportaal

**Fokus**

Datum: 27-07-2023

Versie: 2.2

Status: Definitief concept

Verantwoordelijke: Directeur Fokus

Auteur/ Beheerder: Marleen van Gerven/ Infectiepreventiecommissie