Die Abteilung **Krankenhaushygiene** informiert

Liebe Patientinnen und Patienten,

zur **Vermeidung von Krankenhausinfektionen** und zu Ihrem Eigenschutz können Sie beitragen. Je nach Aufnahmegrund und ggf. vorbestehenden Grunderkrankungen besteht grundsätzlich ein nicht vollständig vermeidbares Infektionsrisiko bei Kontakt mit möglichen Krankheitserregern. Diese finden sich im Krankenhaus wie überall in der Natur und sind teilweise auch in und auf unserem Körper (an Haut und Schleimhäuten) vorhanden, ohne normalerweise zu Problemen zu führen. Unter bestimmten Umständen einer Erkrankung oder auch durch eine Operation kann sich dies jedoch ändern. Durch den Einsatz hochwirksamer Medikamente im Krankenhaus bilden sich mitunter auch besonders widerstandsfähige Erreger mit sogenannten „Multiresistenzen“ (d.h. Bakterien, die gegen viele Antibiotika resistent geworden sind).

Wir haben uns zum Ziel gemacht, dieses Risiko durch verschiedene Schutzmaßnahmen so weit zu minimieren, wie es unter Berücksichtigung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse möglich ist – doch dazu brauchen wir auch Ihre Mithilfe. Denn durch Ihr Verhalten und die Beachtung der nachfolgenden Hygieneregeln können Sie Ihre eigene und die allgemeine Sicherheit während Ihres Krankenhausaufenthaltes erhöhen.

Händehygiene

Die einfachste und wichtigste Maßnahme zur Verhütung von Infektionen ist die korrekte Händehygiene. Schützen Sie sich und andere, indem Sie sich regelmäßig die Hände desinfizieren. Hierfür stehen Ihnen im Patientenzimmer und Bad, sowie in Behandlungs- und Untersuchungsräumen und auf den Stationsfluren Händedesinfektionsmittelspender zur Verfügung. Weitere Händedesinfektionsmittelspender finden Sie in den Eingangsbereichen vieler unserer Stationen, Häuser und im Haupteingangsbereich.

Deshalb desinfizieren Sie sich bitte vor Betreten und Verlassen des Patientenzimmers die Hände. Entnehmen Sie soviel Händedesinfektionsmittel, um beide Hände für mindestens 30 Sekunden feucht zu halten. Reiben Sie das Händedesinfektionsmittel in die trockenen Hände, bis diese sich wieder trocken anfühlen. Lassen Sie sich vom Stationspersonal in die richtige Händedesinfektion einweisen. Teilen Sie dies bitte auch Ihren Angehörigen und Ihrem Besuch mit.

Scheuen Sie sich nicht, auch das Stationspersonal an die Händedesinfektion zu erinnern, falls es einmal vergessen werden sollte. Das Stationspersonal wird Ihren Hinweis dankbar aufnehmen.

In folgenden Situationen ist das Händewaschen mit Wasser und Seife in der Regel ausreichend:

- nach Benutzung der Toilette
- bei verschmutzten Händen
- vor dem Essen
- nach dem Naseputzen

Multiresistente Erreger (z.B. MRSA)

Im Allgemeinen sind multiresistente Erreger für gesunde Personen außerhalb des Krankenhauses ungefährlich. Für Patienten im Krankenhaus ist jedoch das Infektionsrisiko aus einer Vielzahl von Gründen erhöht. Eine mögliche Infektionsgefahr besteht z.B. dann, wenn solche Erreger von der Hautoberfläche unter die Haut oder in den Körper gelangen. Hier sind die Therapiemöglichkeiten begrenzt, da viele Antibiotika nicht mehr wirksam sind. Achten Sie daher auf eine regelmäßige Händedesinfektion.

Ist bei Ihnen oder bei einem anderen Patienten ein solcher multiresistenter Erreger festgestellt worden, werden aus Schutzgründen in der Regel Isolationsmaßnahmen eingeleitet. Dies bedeutet, dass der Patient das Patientenzimmer - aus verschiedenen Gründen- auch während einer eventuellen Sanierungsphase nicht verlassen darf. Das Zimmer ist von außen als Infektionszimmer gekennzeichnet. Das Stationspersonal wird Sie hierüber aufklären. Bitte halten Sie sich strikt an

die Anweisungen des Personals, um andere Patienten nicht zu gefährden. Haben Sie deshalb auch Verständnis dafür, dass in manchen Bereichen des Krankenhauses der Besuch von Angehörigen aus Gründen der Infektionsprävention eingeschränkt sein kann oder spezielle Schutzkleidung erforderlich ist.

Letzte Erkrankungen

Bitte teilen Sie Ihrem Arzt oder dem Pflegepersonal mit, wenn Sie in den letzten vierzehn Tagen an

Brechdurchfall,
grippeähnlichen Symptomen,
einer Erkrankung der Atemwege oder einer anderen Infektionskrankheit litten
oder mit Personen engen Kontakt hatten, die an derartigen Erkrankungen gelitten haben.

Allgemeines

Bitte setzen Sie sich nicht bzw. legen Sie nichts auf das Bett eines Mitpatienten oder auf ein sauberes Bett. Bitte teilen Sie dies auch Ihren Angehörigen bzw. Ihrem Besuch mit.
Benutzen Sie nur Gegenstände die ausschließlich Ihnen gehören.
Lesen Sie gebrauchte bzw. ausgeliehene Zeitschriften, Bücher und Zeitungen am Tisch und nehmen Sie diese nicht mit ins Bett.
Laufen Sie nicht barfuß.
Bei Benutzung des WC´s achten Sie bitte darauf, den Toilettendeckel vor Betätigung des Spülvorganges zu schließen

Lebensmittel

Bitte lassen Sie sich keine frischen und offene Lebensmittel mitbringen bzw. bringen diese selbst mit. Die Versorgung erfolgt in ausreichendem Maße durch das Klinikum. Da keine Kühlmöglichkeiten zur Verfügung stehen, können sich Keime (besonders in den warmen Monaten) explosionsartig vermehren. Fruchtsäfte sollten nach dem Öffnen innerhalb von 24 Stunden aufgebraucht werden.

Hygienisch Husten und Niesen (Ihr Knigge bei Erkältung)

Beim Husten und Niesen ist „Hand vor den Mund“ oder „Hand vor die Nase“ zwar gut gemeint, aber ungesund. Zumindest für Ihre Mitmenschen. Schließlich befördern Sie dabei eine große Anzahl von Viren und Bakterien aus Ihrem Körper, die dann an Ihren Händen kleben bleiben. Berühren Sie nun Gegenstände oder Mitmenschen, dann verbreiten Sie die Erreger weiter. Husten und Niesen Sie also lieber nicht in die Hand, sondern in Einmaltaschentücher. Sollten Einmaltaschentücher gerade mal nicht zur Stelle sein, Husten oder Niesen sie alternativ in der Ellenbeuge in Ihren Ärmel. Dann bleiben Ihre Hände sauber und das Streupotenzial der Erreger, welches durch den starken Druck beim Husten oder Niesen entsteht, verpufft im Ärmel. Halten Sie außerdem beim Husten und Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen und wenden Sie sich dabei von Ihrem Gegenüber ab. Nach jedem Husten oder Niesen sollten Sie die Hände waschen.

Übrigens: Wir sind nicht unhöflich, wenn wir Ihnen zur Begrüßung keine Hand geben, wir handeln lediglich vorausschauend.

Weitere Informationen zu den Themen finden Sie auch unter

www.rki.de (Rubrik „Infektionsschutz“, Thema „Basishygiene“ & „Händehygiene“)

www.aktion-sauberehaende.de

Gute Genesung wünscht Ihnen das

Team der Abteilung Krankenhaushygiene.