

## DAS HÄNDEWASCHEN der ELTERN und der KINDER

Das Händewaschen ist das beste Mittel um eine Verbreitung von Bakterien zu vermeiden.

### Warum ist das Händewaschen wichtig ?

Das Waschen der eigenen Hände und derjenigen der Kinder ist das beste Mittel um eine Verbreitung von Bakterien zu verhindern. Sobald Sie die Hände gewaschen haben sammeln sich schon wieder Mikroben an, wenn Sie Türen öffnen, Gesichter abwischen, Spielsachen der Kinder anfassen und Windeln wechseln.



Sie können eine Ansammlung von Bakterien nicht verhindern aber sie können das Risiko vermindern, dass Sie davon krank werden oder dass Sie diese weiter verbreiten, indem Sie sich in einigen wichtigen Momenten die Hände waschen.

### Wann sollten sich die Eltern die Hände waschen?

Vor und nach gewissen Tätigkeiten, wenn das Risiko einer Übertragung gross ist.

<b>Bevor :</b>	<b>Nachdem :</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>◆ man das Essen vorbereitet und vor dem Essen</li><li>◆ man einem Baby oder einem Kind zu Essen gibt (die Mütter die stillen müssen sich auch die Hände waschen)</li><li>◆ man einem Kind ein Medikament verabreicht</li><li>◆ man eine Verletzung verarztet</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ man Windeln gewechselt hat</li><li>◆ man einem Kinde auf der Toilette geholfen hat</li><li>◆ man eine Nase geputzt hat</li><li>◆ man auf der Toilette war</li><li>◆ man ein krankes Kind gepflegt hat</li><li>◆ man Haustiere berührt hat</li><li>◆ man den Käfig oder das Stroh eines Tiers gereinigt hat</li></ul>

### Wann sollten sich die Kinder die Hände waschen ?

<b>Bevor :</b>	<b>Nachdem :</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>◆ sie essen oder Nahrung berühren</li><li>◆ sie im Wasser spielen</li><li>◆ sie ins Bett gehen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ ihnen die Windeln gewechselt wurden</li><li>◆ sie auf der Toilette waren</li><li>◆ sie draussen oder im Sand gespielt haben</li><li>◆ sie mit Tieren gespielt haben.</li></ul>

## Welches sind die Vorgänge eines guten Händewaschens?

1. Die Hände unter laufendem Wasser nass machen.



2. Mit Seife abreiben und bis fünf zählen.



3. Unter laufendem Wasser spülen und bis fünf zählen.



4. Mit einem sauberen Handtuch trocken.

## Wie müssen Eltern die Hände ihrer Babys waschen?

- ◆ Mit einem sauberen Handtuch (aus Papier oder Stoff) abwaschen, mit lauwarmen Wasser und Seife angefeuchtet.
- ◆ Mit einem anderen sauberen Handtuch spülen, mit lauwarmem Wasser angefeuchtet.
- ◆ Gut trocken.

Diese Information kann vielfältig und breit verteilt werden.

Ausgearbeitet von : Paediatr Child Health Vol 6 N° 1 p. 55-56 January 2002

Bye bye les microbes, vol. 1 -no 2 Décembre 1998 Le lavage des mains : simple mais efficace Sylvie Provost, DSP des Laurentides