



Informationen für Patientinnen und  
Patienten & Besucher:

## Hand in Hand - mach mit! Praktische Anleitung zur hygienischen Händedesinfektion

Krankenhaushygiene im  
Herz- und Diabeteszentrum NRW  
Bad Oeynhausen

## Liebe Patientin, lieber Patient und liebe Besucher,

wir, das Team der Krankenhaushygiene des Herz- und Diabeteszentrums NRW, haben ein Anliegen an Sie:

### Bitte desinfizieren Sie sich Ihre Hände!

#### Warum ist das wichtig?

Kranke und geschwächte Menschen sind anfälliger gegenüber Einflüssen von außen und können gegebenenfalls leichter an Infektionen erkranken als gesunde Menschen mit einem intakten Immunsystem.

Durch eine einfache Desinfektion der Hände töten Sie Mikroben, die Sie unterwegs aufgelesen haben (z.B. durch Schieben eines Einkaufswagens, durch Anfassen einer Türklinke beim Öffnen) wirkungsvoll ab.

#### Wie geht das?

Führen Sie die folgenden Schritte 1. – 6. jeweils mindestens 5 Sekunden durch. Eine vollständige Desinfektion dauert 30 Sekunden, schützt aber Besucher, Patienten und Mitarbeiter gleichermaßen.

### 1. Schritt



Bedienen Sie die Spender, indem Sie den Hebel 2 x ganz herunterdrücken (Ausnahme: Automatikspender). Nehmen Sie zum Drücken nicht die Innenfläche Ihrer Hände, sondern die Handkante oder den Unterarm.



Reiben Sie die Hände möglichst vollständig bis zu den Handgelenken mit der Flüssigkeit ein.

## 2. Schritt



Nacheinander werden die linke Handinnenfläche über den rechten Handrücken und die rechte Handinnenfläche über den linken Handrücken mit sanftem Druck geführt.

## 3. Schritt



Beide Handinnenflächen werden mit gespreizten Fingern gegeneinander gerieben.

## 4. Schritt



Jetzt verschränkt man die Finger beider Hände ineinander und verreibt das Mittel weiter.

## 5. Schritt



Der Daumen wird jeweils mit der anderen Hand umfasst und dann in beide Richtungen gedreht.

## 6. Schritt



Gleich ist es geschafft. Jetzt fehlt noch der letzte Schritt. Dazu reiben Sie alle 5 Fingerkuppen mit einer leichten Drehbewegung in der jeweils anderen Handinnenfläche hin und her.

### **Wann desinfiziere ich mich als Patientin oder Patient?**

- Vor Betreten und vor Verlassen der Klinik/Station
- Vor Betreten und Verlassen des Patienten- und Untersuchungszimmers
- Vor dem Essen/ Trinken
- Nach Toilettenbesuch und bei Bedarf

### **Wann desinfiziere ich mir als Besucher meine Hände?**

- Vor Betreten und Verlassen der Klinik/ Station und des Patientenzimmers und natürlich bei Bedarf.

### **Sie möchten gerne die Bewegungsabläufe sehen?**

Besuchen Sie uns auf der Homepage des HDZ NRW unter: [www.hdz-nrw.de/kliniken-institute/zentrale-dienste/hygiene](http://www.hdz-nrw.de/kliniken-institute/zentrale-dienste/hygiene) und sehen Sie unseren Videoclip zur Händehygiene an.

Wir bedanken uns herzlich für Ihre Unterstützung!

Das Team  
der Krankenhaushygiene des HDZ NRW.

## HDZ NRW: Medizinische Kompetenz und menschliche Nähe

Das Herz- und Diabeteszentrum Nordrhein-Westfalen (HDZ NRW), Bad Oeynhausen, ist ein international führendes Zentrum zur Behandlung von Herz-, Kreislauf- und Diabeteserkrankungen. Seit 1989 ist das HDZ NRW Universitätsklinik der Ruhr-Universität Bochum. Die Professorenschaft des HDZ NRW ist zusätzlich seit 2023 Mitglied der Medizinischen Fakultät OWL der Universität Bielefeld.



**HDZ NRW**

Herz- und Diabeteszentrum NRW  
Universitätsklinik  
(Ruhr-Universität Bochum)  
Med. Fakultät OWL  
(Universität Bielefeld)

Georgstraße 11  
32545 Bad Oeynhausen  
Krankenhaushygiene

Telefon 0 57 31 97-0  
Telefax 0 57 31 97-23 00  
info@hdz-nrw.de  
www.hdz-nrw.de