

# LÖSUNGSBLATT

## GUTE SEITEN FÜR DIE RECHERCHE:

**Aktion Saubere Hände** der Charité Universitätsmedizin Berlin:  
www.aktion-sauberehaende.de

**Leitfaden Pflegepraktikum** der Senatsverwaltung für Arbeit,  
Integration und Frauen:  
www.arbeitgestaltungmbh.de/assets/Uploads/Leitfaden-  
Praktikum-Pflege2.pdf

## 1. RECHERCHE-AUFGABE

### Lösungsvorschläge zu den Fragen:

#### Warum müssen wir uns die Hände desinfizieren?

Auf der menschlichen Haut wie auch auf unbelebten Oberflächen können Krankheitserreger unterschiedlich lange überleben und über die Hände an einen anderen Ort transportiert werden. Die Händedesinfektion ist ein einfacher, sehr effektiver Weg, die Ausbreitung von Krankheitserregern zu reduzieren und ist zudem viel hautschonender als normales Händewaschen. Neben dem eingesetzten Desinfektionsmittel ist die richtige Anwendung entscheidend für den Erfolg.

#### Was ist Desinfektion?

Die Desinfektion ist eine Hygienemaßnahme, die dazu dient, Krankheitserreger abzutöten oder zu inaktivieren und dadurch ihre Anzahl auf oder in einem Objekt bzw. auf einer biologischen Oberfläche deutlich zu reduzieren. Angestrebt wird dabei ein Zustand, in dem eine Infektion nicht mehr wahrscheinlich ist.

#### Wie funktioniert eine richtige Händedesinfektion?

Die übliche Einwirkzeit der meisten Händedesinfektionsmittel beträgt 30 Sekunden. Das bedeutet, dass nur Hautareale, die die entsprechende Zeit ausreichend feucht gehalten wurden, eine sichere Keimreduktion aufweisen. In der Praxis zeigt sich, dass häufig die gleichen Hautpartien unzureichend desinfiziert werden.

Es gibt verschiedene Schemata, nach welchen eine Händedesinfektion durchgeführt werden kann. Alle sind vergleichbar gut. Wichtig ist, dass bei der Händedesinfektion immer gleich vorgegangen wird, so werden sämtliche Bereiche der Hände sicher desinfiziert und kein Schritt vergessen. Bereiche, welche häufig vergessen und deshalb immer besonders aufmerksam gereinigt werden sollten sind: die Fingerzwischenräume, Handrücken und Streckseiten der Finger, Fingernägel, der Daumen und die Handgelenke.

## 2. PRAXISÜBUNG

Die Praxisübung kannst Du als eine Art „Trockenübung“ leicht zu Hause durchspielen. Vielleicht hattest Du ja auch alles zur Hand was dazu wichtig ist.

Frage vielleicht auch Freund\*innen oder Eltern wie sie es machen. Was ist Dir leichtgefallen? Was war wirklich schwer?

Sieh Dir noch einmal an, wie die Desinfektion funktioniert, falls Du unsicher bist. Auch hier gilt: Je öfter Du diese Tätigkeit ausführst desto sicherer wirst Du.