

Handhygiëne:

wat u altijd al wilde weten

Inleiding

Sinds maart 2007 wordt binnen het PREZIES netwerk tweemaal per jaar het nationale prevalentie- onderzoek naar ziekenhuisinfecties uitgevoerd. PREZIES staat voor: PREventie van ZIEkenhuisinfecties door Surveillantie.

In totaal doen inmiddels bijna 70 ziekenhuizen met dit onderzoek mee. Het percentage opgenomen patiënten met een ziekenhuisinfectie varieerde tussen 2007 en 2011 van 1,4% tot 9,8% per ziekenhuis¹.

De gezonde huid is een uitstekende barrière tegen ziekteverwekkers zoals bacteriën. Omdat op het spreekuur van de dermatoloog vaak patiënten worden gezien met allerlei huidproblemen waardoor die barrièrefunctie verminderd of afwezig is, is ook op de polikliniek een goede handhygiëne van belang. Maar wat is een goede handhygiëne? Wat zijn eventuele valkuilen bij het reinigen en desinfecteren van de handen. Dit artikel gaat hier nader op in en is mede gebaseerd op de richtlijn Handhygiëne Medewerkers van de Werkgroep Infectiepreventie².

Achtergrond

Op en in onze huid komen veel micro-organismen voor. Dit wordt ook wel huidflora of commensalen genoemd en bestaan voornamelijk uit bacteriën. Wij maken onderscheid tussen zogenaamde blijvende (onze eigen of residente) en de tijdelijke (of transiënte) bacteriën. De eigen bacteriën zijn voor onszelf niet schadelijk. In feite beschermen ze ons tegen vreemde - vaak ziekmakende - bacteriën die in onze omgeving voorkomen en die we tijdelijk kunnen oppikken. Vooral op onze handen komen veel tijdelijke micro-organismen voor, afhankelijk van de aard van onze werkzaamheden. Juist deze tijdelijke micro-organismen worden gemakkelijk via onze handen overgedragen. Dat kan bij patiënten in zorginstellingen soms leiden tot infecties.

Handhygiëne

Onder handhygiëne verstaan we de maatregelen die moeten worden genomen om de overdracht van micro-organismen via de handen naar patiënten en voorwerpen te voorkomen. Het bestaat uit: handreiniging, handdesinfectie en handverzorging met handcrème.

Reinigen

Handreiniging is het met water en zeep verwijderen van vuil en een deel van de transiënte flora. De reductiefactor – de vermindering van het aantal bacteriën - ligt duidelijk onder die van handdesinfectie. Een goede techniek voor het reinigen van de handen is als volgt:

1. Open de kraan.
2. Maak de handen goed nat en voorzie deze van vloeibare zeep.
3. Wrijf de handen gedurende 10 seconden goed over elkaar; vingertoppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen moeten goed worden ingewreven.
4. Spoel goed af onder flink stromend water.
5. Droog de handen **goed** af met een papieren handdoek, ook de polsen en tussen de vingers!

6. Sluit de kraan (gebruik bij draaikranen hiervoor een papieren handdoek en gooi deze daarna weg).

Flacons voor vloeibare zeep mogen nooit worden bijgevuld. Vervang altijd gehele de gehele flacon!

Desinfecteren

Handdesinfectie is het door middel van een handalcohol snel reduceren van de transiënte en residente flora die op de handen aanwezig is.

De techniek van desinfectie is:

1. Breng minimaal 3 ml. handalcohol op de droge handen aan.
2. Wrijf de handen nu zorgvuldig over elkaar tot de handen goed droog zijn. Vergeet ook de vinger toppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen niet.

Aan een handalcohol zijn bepaalde stoffen toegevoegd die er voor zorgen dat de huid, ook na veelvuldig desinfecteren, niet uitdroogt. Alcohol wordt in zeer geringe mate opgenomen door de huid. Alcohol absorptie door de huid wordt niet als een probleem gezien binnen die religies waar de consumptie van alcohol verboden is.



Welke methode wanneer?

Sinds augustus 2012 is er een wijziging gekomen in de WHO richtlijnen voor handhygiëne in ziekenhuizen en zorginstellingen.

Handreiniging: handen wassen met water en zeep:

- Bij zichtbaar vuil en bij plakkerig aanvoelen.
- Na bezoek van toilet.
- Na niezen, neus snuiten en hoesten.

Handdesinfectie:

- Op niet zichtbaar verontreinigde handen voor handcontact met de patiënt
- Voor het uitvoeren van schone of aseptische handelingen.
- Na mogelijk handcontact met lichaamsvloeistoffen en na het uittrekken van handschoenen.
- Na handcontact met de patiënt.
- Na handcontact met de directe omgeving van een patiënt.

Handdesinfectie heeft de voorkeur boven handreiniging omdat het meer huidvriendelijk is en handalcohol een grotere kiemreductie heeft. Desinfectie met handalcohol heeft ook als voordeel dat het op de plek van verzorging gebruikt kan worden en dat men niet afhankelijk is van de aanwezigheid van een wastafel. Dubbele handhygiëne is een grote belasting voor de huid.

Een handalcohol heeft geen reinigende werking en is daarom alleen werkzaam op niet zichtbaar verontreinigde handen. Voor patiënten met verminderde weerstand is handdesinfectie dan ook zeker noodzakelijk om risico op zorginfectie bij de patiënt te voorkomen. Patiënten met verminderde weerstand zijn o.a.: intensive care patiënten, patiënten die beschermd geïsoleerd worden verpleegd, neonaten op de couveuseafdeling, patiënten met brandwonden. Over het algemeen wordt deze categorie patiënten niet op de polikliniek dermatologie behandeld.

Handschoenen

Het dragen van handschoenen is geen alternatief voor reiniging of desinfectie van de handen! Afhankelijk van de situatie worden deze gedragen om overmatige besmetting van de handen te voorkomen, of om introductie van micro-organismen bij bepaalde ingrepen bij de patiënt te voorkomen. Ook na het dragen van handschoenen moeten de handen worden gereinigd of gedesinfecteerd.

Wat te doen bij huidaandoeningen?

Wanneer een medewerker zelf wondjes of andere huidaandoeningen heeft zullen deze moeten worden beschermd door deze af te dekken met waterafstotend materiaal of door handschoenen te dragen. In een aantal situaties zal dit helaas niet mogelijk zijn. Overleg dan met uw leidinggevende over vervanging van patiëntgebonden taken/handelingen.

Lotions en crèmes

Door veelvuldig toepassen van handhygiëne, vooral wassen, kan de huid uitdrogen en geïrriteerd raken. Dit kan worden tegengegaan door het gebruik van een vocht inbrengende huidcrème. Handcrèmes worden geleverd in kleine tubes voor persoonlijk gebruik of in dispensers met wegwerpcontainers, die niet worden nagevuld. Het tuitje van de dispenser of de mond van de tube mag bij het nemen van handcrème niet worden aangeraakt omdat de handcrème besmet kan raken. Potten handcrème mogen niet worden gebruikt.

Sieraden

Het dragen van sieraden (zoals ringen, armbanden, polshorloges) is niet toegestaan omdat ter plaatse de huid niet goed gereinigd of gedesinfecteerd kan worden. Ook het dragen van versieringen als kunstnagels is niet toegestaan³.

Tot slot

Het aantal ziekenhuisinfecties in Nederland veel lager is dan in de rest van Europa is er gezien de percentages nog veel winst te behalen. En hoewel iedere zorgverlener wel weet dat handhygiëne een belangrijk onderdeel van goede zorg is, blijft het nauwkeurig volgen van de bovenbeschreven werkwijze lastig. Het de praktijk blijkt dat deze werkwijze maar in 40% van de gevallen goed gevolgd wordt. Als argument wordt vaak 'tijdgebrek' aangevoerd maar dat is zoals uit het bovenstaande volgt onzin. Het desinfecteren met alcohol zonder kraan en handdoek kan en kost vrijwel geen extra tijd.

*Door: Willian Vaes, doktersassistente
DermaPark Uden.*

Correspondentie: willian@dermapark.nl

Referenties:

1. www.prezies.nl/zkh/prev/ref_cijfers/Referentiecijfers%20Prevalentie%20tm%20maart%202011_3.pdf
2. www.wip.nl/free_content/Richtlijnen/Handhygiene_medewerkers_071015def.pdf
3. www.wip.nl/free_content/Richtlijnen/111Persoonlijke%20hygiene%20medewerkers.pdf
4. HKMscholing 2008. M. Hageman, dienst Hygiëne en Infectiepreventie