

Sundhedsplejen sætter focus på Håndhygiejne



HØRSENS KOMMUNE
BØRN OG UNGE

Denne pjece handler om håndhygiejne.

Den er udarbejdet på baggrund af Sundhedsstyrelsens anbefalinger. I pjecen kan du læse om smitteveje og rengøringsrutiner, samt hvornår og hvordan korrekt håndvask udføres.

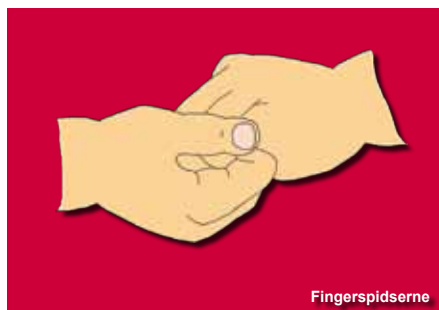
Hvordan kan smitte forhindres?

En smittevej kan afbrydes ved, at man vasker sine hænder. Formålet med at vaske hænder er at fjerne sygdomsfremkaldende mikroorganismer fra hænderne uden at påvirke huden i væsentlig grad.

Både voksne og børn bør foretage grundig håndvask i disse situationer:

- Når børnene kommer ind fra udendørs arealer med jord på hænderne
- Når børnenes hænder er blevet snavsede
- Efter kontakt med dyr
- Før spisning
- Efter toiletbesøg
- Efter næsepudsning
- Før madlavning
- Under madlavning, når der skiftes arbejdsgang

Korrekt håndvask



Melodi: "Den lille frække Frederik"

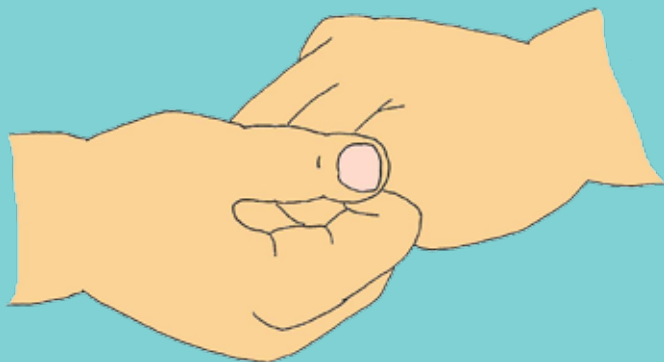
Den lille frække tommeltot,
skal vaskes ren for jord og snot,
med vand og sæbe vaskes ren,
se, hånden hvor den bliver pæn.

De andre fingre vaskes godt,
og nu er hele hånden flot,
så tørres hånden rigtig godt,
hvor har du altså gjort det flot.



Melodi: "Mariehønen evigglad"

Når vi har leget rigtig godt
og hånden den er fuld af snot
så tænd for hanens klare vand
og vask nu løs som Supermand



Melodi: "Mariehønen evigglad"

Og hænderne skal skrubbes godt,
men husk den frække tommeltot
for ellers smitter tussen dig,
hvis altså den kan finde vej

Sund hud, der ikke er tør og i øvrigt uden revner, tåler bedst vand og sæbe - er derfor mest modstandsdygtig overfor bakterier.

Det er vigtigt at benytte hudpleje efter håndvask. Brug en fed creme, også hvis hænderne i det hele taget virker tørre.

Undgå parfume og farvestoffer.

På tur

Når der ikke er adgang til vand og sæbe, anbefales det, at hænderne rengøres på følgende måde:

Børnene skal vaske deres hænder med våde opvredne engangsvaskeklude, der medbringes i en plastpose, hvorefter hænderne tørres med engangsservietter eller engangshåndklæder.

Voksne kan anvende hånddesinfektion efter, at synligt snavs er fjernet med opvredne vaskeklude.

Om smitte og smitteoverførsel

Smitte kan overføres direkte fra en person til en anden (direkte kontakt) eller ved, at man rører ved ting med smitstof på (indirekte kontakt). Smitstof findes især i snot, afføring, urin, opkast, væske fra betændelse, blod og i inficeret mad (f.eks. salmonella i kyllingen).

Det er især sygdomme som forkølelse, halsbetændelse, influenza, mange former for diarre', opkastning, børnesår, børneorm og øjenbetændelse, som børnene (og de voksne) smittes med. De mindste børn er mest udsatte.

Hænder er varme, og smitstof trives godt i varme. På legetøj og på steder som toilet og i håndvasken kan der være mange smitstoffer. Du skal også tænke på spiseredskaber og køkkenet fx køkkenvask, spækbræt og madvarer. Smitstoffer samles også i lege- og hygge kroge.

**Se mere i
Sundhedsstyrelsens udgivelse:**

**"Vejledning om HYGIEJNE
I DAGINSTITUTIONER – om
sundhed, forebyggelse, sik-
kerhed og miljø"**

som findes på www.sst.dk

Horsens Kommune
Rådhusstorvet 4
8700 Horsens

Telefon: 76 29 29 29
mmo@horsens.dk
sundhedstjenesten@horsens.dk
www.horsenskommune.dk

HØRSENS KOMMUNE
BØRN OG UNGE
