

10 Spørgsmål og svar om håndhygiejne

1. Hvad er mest effektivt – håndvask eller hånddesinfektion?

Hånddesinfektion er mest effektiv, fordi det giver bedst bakteriedrab.

2. Tager mine hænder skade af spritbaserede desinfektionsmidler?

Nej, faktisk er hånddesinfektionsmiddel mere skånsomt overfor dine hænder end vand og sæbe.

3. Hvor lang tid skal jeg bruge på at desinficere mine hænder?

Gnid håndfladerne, håndryggene og håndleddene, mellem fingrene, fingerspidserne, tommelfingrene med desinfektionsmiddel, indtil de er helt tørre ca. 30 sekunder.

4. Hvor lang tid skal jeg bruge på at vaske mine hænder?

Vask håndfladerne, mellem fingrene, fingerspidserne, tommelfingrene, håndryggene og håndleddene i mindst 15 sekunder. Hertil går så yderligere tid til at indstille temperaturen på vandet, skylle hænderne grundigt fri for sæbe og tørre dem grundigt. Så alt i alt tager det minimum 60 sekunder at vaske hænder.

5. Er det nødvendigt at udføre håndhygiejne, når jeg har brugt handsker?

Ja, handsker beskytter hænderne mod at blive forurenede med organisk materiale. Men der kan være usynlige små huller (pinholes) i handskerne, så de er ikke 100% sikker beskyttelse. Desuden sker der vækst af bakterier på hænderne, når du bruger handsker, fordi der opstår varmt og fugtigt miljø i handsken.

6. Hvordan forhindrer jeg, at mine hænder tørrer ud?

Ved at bruge håndsprit med hudplejemiddel (glycerol) frem for håndvask og at passe på hænderne ved flittig brug af håndcreme.

7. Hvilke forholdsregler skal jeg tage, hvis jeg har rifter eller sår på hænderne?

Du skal kontakte din ledelse, der må vurdere, om du skal deltage i den direkte patientpleje eller sættes til andre opgaver.

8. Kan jeg beholde min vielsesring på?

Nej, fordi det er umuligt at udføre god håndhygiene med ringe på.

9. Er hånddesinfektionsvæske sundhedsskadeligt?

I Danmark anbefales hånddesinfektionsmidler at bestå af alkohol (ethanol), hudplejemiddel (glycerol) og 7% isopropanol som denatureringsmiddel Ethanol, n-propanol og isopropanol optaget ved indånding og/eller hudkontakt nedbrydes og elimineres hurtigt fra organismen – målbare koncentrationer i kroppens væv vil således ikke kunne forekomme ved brug af hånddesinfektionsmidler. Risikoen for organskader, fosterskader og kræftsygdomme ved påvirkning af ethanol er udelukkende relevant i forhold til indtagelse af alkoholiske drikke.

10. Kan jeg bruge kunstige negle?

Nej, undersøgelser har vist, at det er umuligt at udføre god håndhygiejne, når man har kunstige negle.