



# Waschen, Desinfizieren, Pflegen - wichtige Pflege für schöne Hände

Oft ist uns gar nicht bewusst, wie oft wir unsere Hände im Einsatz haben und was wir damit eigentlich alles machen. Streicheln, fühlen, schreiben, Klavier spielen, handwerken - unzählige Beispiele lassen sich hier aufführen. Doch besonders, weil unsere Hände so selbstverständlich sind und wir sie unbewusst verwenden, sind sie auch der schnellste Weg, um Krankheitserreger von einer Person zur anderen zu übertragen.

Besondere Vorsicht ist natürlich in medizinischen Einrichtungen wie zum Beispiel in einer Zahnarztpraxis geboten. Die regelmäßige Desinfektion und Reinigung sowie das Tragen von Einmal-Untersuchungshandschuhen verringern die Infektionsgefahr deutlich. Die folgenden Punkte gehören zum eigenen Schutz und zum Schutz der Patienten in die tägliche Arbeitsroutine:

- ▶ Sichtbare Verschmutzung der Hände vor Arbeitsbeginn sowie bei Entdeckung mit Flüssigwaschpräparat entfernen. Die Waschbecken sind mit Armaturen auszustatten, die ohne Handberührung genutzt werden können.
- ▶ Uhren, Ringe und andere Schmuckstücke an den Armen und Händen müssen vor Arbeitsbeginn abgelegt werden.
- ▶ Die Fingernägel sind kurz und natürlich gepflegt.
- ▶ Handtücher sollten nur einmal verwendet werden - egal ob Stoff oder Papiertücher.
- ▶ Vor dem Anlegen und nach dem Ausziehen von Handschuhen ist eine hygienische Händedesinfektion erforderlich.
- ▶ Bei der Desinfektion sind die Einwirkzeiten des entsprechenden Desinfektionsmittels einzuhalten. Mit der **Händedesinfektion Zeta 66** aus dem Hause Zhermack zur hygienischen Desinfektion die Hände mit der Lösung einreiben und 30 Sekunden lang feucht halten. Die Schritte der Händedesinfektion erfolgen nach der CEN EN 1500. Zur chirurgischen Desinfektion werden Hände und Unterarme mit der Lösung eingerieben und 1 Minute lang feucht gehalten.
- ▶ Nach der Desinfektion die Hände nicht abtrocknen.

Alle genannten Punkte könnt ihr auch noch einmal im aktuellen Hygieneleitfaden des Deutschen Arbeitskreises für Hygiene in der Zahnmedizin (Ausgabe 12/2018) nachlesen.

## Verwöhnprogramm für die Hände

Vergesst nicht auch ab und zu einmal eure Hände zu verwöhnen. Durch das häufige Desinfizieren und Waschen wird die Haut extrem beansprucht und kann schnell austrocknen. Der Säureschutzmantel der Haut, ein natürlicher Wasser-Fettfilm, muss daher regelmäßig gepflegt werden.

Aus diesem Grund sollte im ersten Schritt eine schonende Seife verwendet werden. **Zeta 6 Hydra** von Zhermack spendet viel Feuchtigkeit und schützt die oberflächlichen Hautschichten. Die Seife besteht aus einem Mix verschiedener auch pflanzlicher Substanzen mit folgenden Vorteilen:

- ▶ **Nährstoffreich:** beinhaltet zum Beispiel Hydrolised Rice Protein. Proteine regen generell die Regeneration der Zellen an. Dieses Reisprotein erhöht die Feuchtigkeit und die Elastizität der Haut. Es ist ein wirksames Mittel gegen Hautreizungen und Trockenheit.
- ▶ **Schützend:** Glyceril Oleate sorgen für eine weiche und geschmeidige Haut und hinterlassen ein angenehmes Gefühl nach der Anwendung.

Im zweiten Schritt solltet ihr eure Hände regelmäßig mit einer Handlotion eincremen. Sie fördert nicht nur die Regenerierung der Haut, sondern pflegt eure beanspruchten Hände zusätzlich.

## Handschuhe schützen

Auch das Tragen von Einmal-Untersuchungshandschuhen ist Vorschrift in der Praxis. Indem ihr die Handschuhe zwischen den Behandlungen der Patienten wechselt, reduziert ihr das Kontaminationsrisiko weiter. Doch auch das Tragen der Handschuhe kann eure Hände beanspruchen. Achtet beim Kauf deshalb darauf, dass die Latex-Handschuhe ungepudert und proteinarm sind. Das reduziert das Allergierisiko.

Alternativ könnt ihr Nitrilhandschuhe verwenden, die mittlerweile in vielen Farben erhältlich sind. Auch sonst lohnt sich ein Blick auf die Produktbeschreibung. Zhermack hat zum Beispiel Handschuhe mit Vitamin E im Sortiment - alles zur Pflege eurer Hände und zum Schutz eurer Gesundheit.

Veröffentlicht: 11/2018 // recall Magazin