

Wichtige Tipps für die richtige Händehygiene

Wirksamer Gesundheitsschutz in wenigen Sekunden:
das Waschen und Desinfizieren der Hände im Alltag!

Hier genügt Seife



- NACH der Benutzung der Toilette
- VOR einer Mahlzeit
- VOR der Zubereitung von Speisen (nicht-kommerziell)
- NACH der Zubereitung von Speisen (nicht-kommerziell)
- NACH dem Naseputzen
- VOR dem Anfassen des Gesichts
- Beim Eintreten von draußen (ohne erhöhtes Risiko eines Kontakts mit Krankheitserregern)
- Wenn eine Desinfektion sinnvoll wäre, aber kein Desinfektionsmittel zur Hand ist
- NACH dem Berühren eines Haustieres

Hier besser ein Desinfektionsmittel



- Wenn jemand in der Familie oder im Haushalt eine übertragbare Krankheit hat (z. B. Erkältung): Kranke desinfizieren die Hände VOR dem Kontakt mit anderen, Gesunde NACH dem Kontakt mit der kranken Person
- VOR der Pflege eines Angehörigen oder Freundes mit geschwächtem Immunsystem oder chronischen Wunden (häusliche Pflege, z. B. nach frühzeitiger Entlassung aus dem Krankenhaus)
- VOR dem Kontakt mit einer infektionsgefährdeten Person (z. B. bei Immunschwäche)
- Bei möglichem Kontakt mit Krankheitserregern und ohne sauberes Wasser zum Waschen (z. B. unterwegs, auf Reisen, im Supermarkt, in Bus & Bahn)
- NACH dem Berühren eines (potenziell kranken) Tieres oder dessen Körperflüssigkeiten

Im Allgemeinen ist das Händewaschen im privaten Bereich empfohlen und ausreichend. Dennoch gibt es Situationen, in denen eine Händedesinfektion auch im privaten Bereich eine sinnvolle Ergänzung sein kann.

Bitte beachten Sie: Hände desinfizieren ist schonender für die Haut als häufiges Händewaschen.

