

HYGIËNE IN HET ZIEKENHUIS
VOOR PATIËNTEN EN BEZOEKERS

Inleiding

U bent of wordt binnenkort opgenomen in ons ziekenhuis. In het ziekenhuis is een goede hygiëne van groot belang. U leest in deze folder wat hygiëne is, waarom dit belangrijk is en welke maatregelen Franciscus Gasthuis & Vlietland treft en wat u zelf kunt doen.

Hygiëne

Hygiëne is een verzamelnaam voor alle handelingen die ervoor zorgen dat we onszelf en onze omgeving schoon houden en daardoor gezond blijven. In stof en vuil kunnen micro-organismen aanwezig zijn. Een micro-organisme is de verzamelnaam voor bacteriën, virussen en schimmels. Micro-organismen zijn zo klein, dat ze alleen te zien zijn onder een microscoop.

Micro-organismen

Iedereen draagt vele soorten bacteriën bij zich, bijvoorbeeld in de neus, mond, de darmen en op de huid. De meeste van deze bacteriën zijn niet ziekmakend en hebben een nuttige functie. Ze helpen bijvoorbeeld in de darmen bij de vertering van het eten. Sommige bacteriën en virussen kunnen infecties veroorzaken, zoals een longontsteking, blaasontsteking, griep en waterpokken.

Tijdens onze contacten met andere mensen of voorwerpen komen we in aanraking met micro-organismen. De micro-organismen komen terecht op onze handen. De micro-organismen kunnen op de handen blijven "plakken" en op deze wijze ook weer aan anderen worden doorgegeven. Dit gebeurt vele malen per dag. Dit heet ook wel verspreiding. De meeste bacteriën en virussen worden door de handen overgebracht maar zij kunnen ook door de lucht dwarrelen en ingeademd worden.

Verspreiding

In een ziekenhuis verblijven veel patiënten dicht bij elkaar. Dit maakt de kans op verspreiding van micro-organismen groter. Vaak hebben de patiënten in het ziekenhuis een verminderde afweer. Dit kan komen door een operatie, behandeling of door

de aanwezige ziekte. Door de verminderde afweer hebben de patiënten een verhoogd risico op het krijgen van een infectie.

Medewerkers

Om verspreiding van bacteriën en virussen te voorkomen, nemen de medewerkers van Franciscus Gasthuis & Vlietland algemene hygiëne maatregelen bij alle patiënten. Een voorbeeld hiervan is de handen wassen met water en zeep of desinfecteren met handalcohol.

Soms dragen de medewerkers handschoenen, maskers en een overschort om te voorkomen dat zij zelf een infectie krijgen of doorgeven aan anderen.

Wat kunt u zelf doen om verspreiding te voorkomen in het ziekenhuis?

De belangrijkste maatregelen om verspreiding van micro-organismen te voorkomen, is door uw handen te wassen met water en zeep of te ontsmetten met handalcohol:

- Voor het eten.
- Na het toiletbezoek (ook wanneer u gebruik maakt van de po of de urinaal).

Verder is het belangrijk dat u zo min mogelijk wonden, katheters en verbanden aanraakt met uw handen. Gebruik alleen uw eigen toiletartikelen.

Een goede hoesthygiëne is ook van belang om verspreiding van bacteriën en virussen door de lucht te verkleinen. Hoesthygiëne houdt in:

- Hoesten met een afgewend hoofd en houdt daarbij een papieren zakdoek of tissue voor de mond en neus.
- Gebruikte zakdoekjes direct na gebruik weggooien in een plastic afvalzak, zowel bij het hoesten als het snuiten van de neus.
- Was uw handen daarna met water en zeep of ontsmet ze met handalcohol.

Bezoek

Bezoekers kunnen ook onbedoeld micro-organismen verspreiden en zo infecties overbrengen naar patiënten in het ziekenhuis. Bijvoorbeeld in geval van griepklachten of diarree of door de micro-organismen die ze bij zich dragen op hun handen.

Wij vragen u om uw handen te ontsmetten bij het betreden van de afdeling. Bij de ingang van de verpleegafdeling en op patiëntenkamers hangt een alcoholdispenser met handalcohol. U kunt hiervan gebruik maken voor en na uw bezoek. Druk één keer op de pomp, wrijf alle delen van de handen en polsen goed in en blijf wrijven tot de handalcohol opgedroogd is.

Komt u op bezoek bij een patiënt die is opgenomen in het ziekenhuis, dan is het belangrijk dat u zich houdt aan de volgende maatregelen:

- Kom niet op bezoek als u een infectie heeft (bijvoorbeeld diarree, koorts of griepverschijnselen). Voor kinderen geldt dit ook als zij een kinderziekte hebben of in de afgelopen drie weken in contact zijn geweest met iemand met een kinderziekte. Voorbeelden van een kinderziekte zijn: waterpokken, mazelen, kinkhoest, bof, roodvonk.
- Voor de kinderafdeling en de couveuseafdeling geldt dat kinderen die nog geen waterpokken hebben doorgemaakt, niet op bezoek mogen komen.
- Is een bezoek toch noodzakelijk, vragen wij u dit eerst bespreken met de afdelingsverpleegkundige.
- Raak wonden, katheters en/of verbanden van de patiënt waar u op bezoek bent, niet met de handen aan.
- Volg instructies van de verpleegkundige op als u iemand bezoekt die in isolatie wordt verpleegd.

Algemene hygiëne

De algemene hygiëne maatregelen zijn in het ziekenhuis extra belangrijk:

- Uw handen wassen met water en zeep of desinfecteren met handalcohol:
 - Na toiletbezoek.

- Na hoesten of niezen of na het snuiten van uw neus. Snuit uw neus in een papieren zakdoekje en gooi deze na gebruik direct weg in de afvalbak.
- Voor en na dat u de patiënt waarbij u op bezoek bent, helpt met eten, verzorging of naar het toilet gaan.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u terecht bij uw behandelend arts en/of verpleegkundige.