

HÄNDEDESINFEKTION IN 30 SEKUNDEN



Eine Hohlhand voll **Händedesinfektionsmittel** (drei bis fünf Milliliter bzw. 2-3 Spenderhübe) bis zur kompletten Trocknung verreiben.

Dabei darauf achten, dass die Hände für **mindestens 30 Sekunden** ausreichend mit dem Desinfektionsmittel benetzt sind.

Besonders wichtig: Finger- und Daumenkuppen, Handinnenflächen und Fingerzwischenräume nicht vergessen.

RICHTIGES HÄNDEWASCHEN



Nass machen: Die Hände werden unter fließendem Wasser gehalten. Die Temperatur kann dabei so gewählt werden, dass sie angenehm ist.

Rundum einseifen: Handinnenflächen, Handrücken, Daumen, Fingerzwischenräume und Fingerspitzen sollten gründlich eingeseift werden.

Zeit lassen: Gründliches Händewaschen dauert mindestens 20 Sekunden, bei stark verschmutzten Händen auch länger.

Gründlich abspülen: Die Hände sollten unter fließendem Wasser abgespült werden.

Sorgfältig abtrocknen: Das Abtrocknen der Hände – auch der Fingerzwischenräume – gehört zum wirksamen Händewaschen dazu. Durch das Abtrocknen werden Keime entfernt, die noch an den Händen oder im restlichen Wasser an den Händen haften.

KATHOLISCHES KLINIKUM KOBLENZ · MONTABAUR

Hygiene & Mikrobiologie

Kardinal-Krements-Str. 1-5

56073 Koblenz

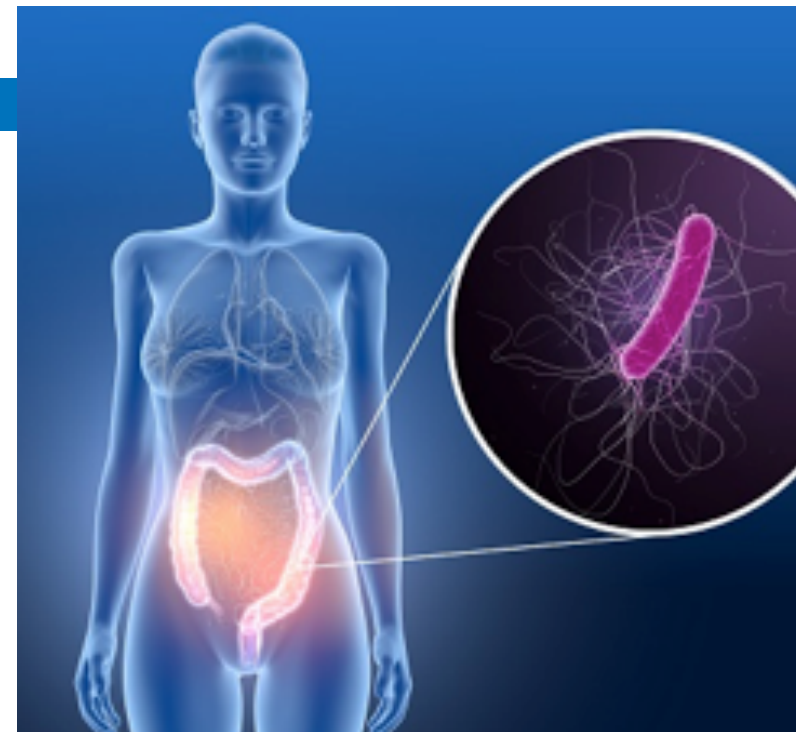
Tel.: 0261 496-0

E-Mail: VL-Ko-Hygiene@kk-km.de

www.kk-km.de

WEITERE INFORMATIONEN

- www.rki.de
(Robert Koch-Institut)
- www.bzga.de
(Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)
- www.who.int
(Weltgesundheitsorganisation WHO)



MODERNE MEDIZIN

*Von Mensch
zu Mensch*

CLOSTRIDIODES DIFFICILE

Informationen für
Patienten und Angehörige



WAS BEDEUTET *CLOSTRIDIOIDES DIFFICILE*?

Clostridioides difficile ist ein Bakterium, das weltweit vorkommt. Es findet sich in der Umwelt und auch im Darm gesunder Menschen und Tiere. Wenn durch eine längere Einnahme von Antibiotika die gewohnte Darmflora verändert oder sogar zerstört wird, können die Clostridien jedoch in den Vordergrund treten. Die Bakterien können Giftstoffe ausscheiden, die unter Umständen eine Darmentzündung mit schweren Durchfällen verursachen.

WIE IST DER ÜBERTRAGUNGSWEG?

Die Erreger werden mit dem Stuhl ausgeschieden. Sie sind hoch ansteckend. Schon eine geringe Menge an Keimen reicht für eine Ansteckung aus. Es wird aber nicht jeder krank.

■ Von Mensch zu Mensch

Eine Ansteckung erfolgt meist von Mensch zu Mensch über eine Kontaktinfektion. Dabei werden Clostridien in kleinsten Spuren von Stuhlresten von Erkrankten über Hände weitergereicht. Von der Hand gelangen die Erreger in den Mund.

■ Über verunreinigte Gegenstände

Als widerstandsfähige Dauerformen, sogenannte Sporen, können die Bakterien auch außerhalb des Magen-Darm-Traktes überleben, manchmal sogar jahrelang. Eine Übertragung kann deshalb auch über Gegenstände und Flächen erfolgen, an denen die Erreger haften, wie zum Beispiel Toiletten, Türklinken, Griffe oder Handläufe.

WELCHE SYMPTOME HABEN ERKRANKTE?

Die Darmentzündung äußert sich durch plötzlich einsetzende wässrige Durchfälle, Übelkeit, Bauchschmerzen und Fieber. Die Durchfälle sind manchmal blutig. In manchen Fällen heilt die Krankheit von selbst.

MÖGLICHE KOMPLIKATIONEN

Darmverschluss, eine akute Erweiterung des Dickdarms, ein Loch oder Riss der Darmwand oder eine Blutvergiftung (Sepsis) können mögliche Komplikationen sein.

WANN BRICHT DIE KRANKHEIT AUS UND WIE LANGE IST MAN ANSTECKEND?

Die Darmflora kann mit dem Bakterium *Clostridioides difficile* auch ohne Krankheitssymptome besiedelt sein. Der Abstand zwischen einer Antibiotika-Therapie und dem Auftreten von Beschwerden beträgt meist nur wenige Tage. In seltenen Fällen dauert es mehrere Wochen oder sogar Monate bis zum Ausbruch der Krankheit. Die Ansteckungsfähigkeit ist während der akuten Erkrankung am höchsten. Betroffene können aber noch einige Zeit nach Abklingen der Beschwerden die Erreger mit dem Stuhl ausscheiden.

WER IST BESONDERS GEFÄHRDET?

Die Infektionen betreffen am häufigsten Krankenhauspatienten. Besonders gefährdet sind Senioren mit Vorerkrankungen sowie Menschen, die in den letzten zwei Monaten Antibiotika eingenommen haben. Senioren oder Menschen mit geschwächtem Abwehrsystem sind auch anfälliger für schwere Verläufe. Bei Senioren kommt es häufiger nach dem Abklingen der Beschwerden zu einem Rückfall. Bei 20 bis 40 Prozent aller Krankenhauspatienten lassen sich die Bakterien nachweisen. Allerdings haben die meisten keine Beschwerden.

WAS IST BEI EINER ERKRANKUNG ZU BEACHTEN?

Der Ausgleich des Flüssigkeits- und Salzverlustes ist bei starkem Durchfall besonders wichtig. Das bedeutet in erster Linie viel trinken. Eine leicht verdauliche Nahrung mit ausreichender Salzzufuhr ist wichtig. Vor allem ältere und geschwächte Menschen sollten ärztlich untersucht und behandelt werden. Die Ärztin oder der Arzt wird alle notwendigen Schritte einleiten, wenn sich in einer Stuhlprobe *Clostridioides difficile* und seine Gifte nachweisen lassen.

HÄNDEHYGIENE

Grundsätzlich gilt: Regelmäßig Hände waschen! Waschen Sie die Hände gründlich mit Wasser und Seife nach jedem Toilettengang sowie vor der Zubereitung von Speisen und vor dem Essen! Auch die Sporen werden durch Wasser und Seife abgewaschen. Trocknen Sie die Hände nach dem Waschen sorgfältig mit einem sauberen Tuch ab. Erkrankte und deren Haushaltsangehörige sollen auf besonders gründliche Händehygiene achten.

SONSTIGE HYGIENEMASSNAHMEN

- Vermeiden Sie für die Dauer der akuten Erkrankung möglichst den direkten Kontakt mit anderen Menschen.
- Sollte die Erkrankung während eines Krankenhausaufenthaltes ausbrechen, wird das Krankenhauspersonal besondere Hygienemaßnahmen ergreifen, um eine Ansteckung der anderen Patienten zu verhindern.
- Sie dürfen Ihr Zimmer nur nach Absprache mit dem Personal verlassen. Besucher müssen sich vor Betreten des Zimmers beim Personal melden und bestimmte hygienische Maßnahmen befolgen. Bei Ihrer Behandlung trägt das Personal Schutzkleidung, um zu verhindern, dass bei der Pflege oder Behandlung die Erreger übertragen werden.

ZU HAUSE

Häufiges Händewaschen und das Befolgen der Regeln der persönlichen Hygiene bieten Ihnen den größtmöglichen Schutz und minimieren das Übertragungsrisiko. Waschen Sie Ihre Kleidung mit einem Vollwaschprogramm bei mindestens 60 °C und nutzen Sie Ihre eigenen Handtücher und Waschlappen. Bei Nutzung Ihrer Spülmaschine sollten Sie ebenfalls ein Programm nicht unterhalb der Grenze von 60 °C wählen. In beiden Fällen sollte kein Kurzprogramm gewählt werden. Reinigen Sie zu Hause Toilette und Bad mit den üblichen Reinigungsmitteln. Tun Sie dies aber häufiger. Führen Sie diese Maßnahmen bis zwei Wochen nach Abklingen der Krankheitszeichen durch.