



Instructie Kennistraining Handhygiënerichtlijn

Kinderen op kinderdagverblijven hebben een grote kans op het krijgen van infectieziekten, zoals diarree en verkoudheid. Handen wassen is een simpele manier om infectieziekten te voorkomen. Onderzoek liet echter zien dat pedagogisch medewerkers hun handen wassen in minder dan de helft van de momenten waarop het daadwerkelijk zou moeten. Het “Heel gewoon, Handen schoon” programma helpt pedagogisch medewerkers vaker de handen wassen op de juiste momenten. Een onderdeel van dit programma is een kennistraining over de handhygiënerichtlijn.

De kennistraining bestaat uit een Powerpoint presentatie waarbij wordt ingegaan op de verspreiding van infectieziekten, het belang van een goede handhygiëne, de momenten die in de handhygiënerichtlijn staan en de techniek van handen wassen. Daarnaast bestaat de training uit een handenwastest met UV crème en UV licht om het effect van een goede handhygiëne zichtbaar te maken. De duur van de training is ongeveer 1 uur.

Wat heb je nodig om de training te geven?

- Powerpoint presentatie
Deze kan worden gedownload vanaf de website van het project www.heelgewoonhandenschoon.nl of vanuit de hygiëne toolkit van het RIVM <http://toolkits.loketgezondleven.nl>.
- Laptop
- Eventueel beamer
- Eventueel projectiescherm
- Voor de handenwastest: UV lamp en UV crème (UV Glow Cream van Deb). Verder is er een kraan met wasbak nodig en een ruimte die te verduisteren is (voor het oplichten van het UV licht).
De UV Glow Cream van Deb en een UV lamp zijn te koop bij de firma Weska in Rotterdam:

Weska B.V.
Stolwijkstraat 74-78
3079 DN Rotterdam
Tel: 0104826133
Email: inkoop@weska.nl
www.weska.nl

- Informatieboekje voor de pedagogisch medewerkers, te gebruiken als naslagwerk van deze training. Deze kan worden gedownload vanaf de website van het project www.heelgewoonhandenschoon.nl of vanuit de hygiëne toolkit van het RIVM <http://toolkits.loketgezondleven.nl>.

Presentatie

Hierna volgt een toelichting bij de verschillende slides van de Powerpoint presentatie. Deze toelichting kan letterlijk voorgelezen worden of in eigen woorden worden verteld [instructies voor de verteller staan tussen haakjes].

Slide 1

“Dit een kennistraining is over de handhygiënerichtlijn; het is een onderdeel van het Heel gewoon, Handen schoon interventieprogramma. Het doel van het Heel gewoon, Handen schoon programma is dat pedagogisch medewerkers vaker de handen op de juiste momenten wassen. Daardoor lopen kinderen die kinderdagverblijven bezoeken minder infectieziekten op, zoals diarree en verkoudheid. [Deel de informatieboekjes uit.] Deze informatieboekjes kunnen als naslagwerk gebruikt worden. Alles wat verteld wordt in de training staat namelijk ook in het boekje.”

Slide 2

“Hier staat wat we zullen bespreken. Eerst zal het doel van de training worden uitgelegd. Dan is er een handenwastest. Daarna zal er worden verteld waarom het belangrijk is de handen te wassen en hoe infectieziekten verspreiden. Dan gaan we in op de richtlijn, dus op welke momenten moeten de handen gewassen worden, en vervolgens bespreken we de beste techniek om de handen te wassen. Ten slotte vertellen we iets over het Heel gewoon, Handen schoon programma.”

Slide 3

“Het doel van de training is om de kennis op het gebied van de handhygiënerichtlijn te vergroten en inzicht te geven in het belang van handhygiëne, en in de verspreiding van infectieziekten.”

Slide 4

[Handenwastest: vraag 2 vrijwilligers en laat die de UV crème op hun handen doen. Geef daarbij duidelijk aan dat ze de crème ook tussen de vingers moeten smeren en op de handrug en duimen. Laat één van de pedagogisch medewerkers dan de handen heel goed wassen, zoals ze zou dan als ze veel tijd heeft. Vraag de andere pedagogisch medewerker dan de handen even snel te wassen, zoals ze zou doen als ze weinig tijd heeft. Verduister de ruimte (of ga naar gang, toilet, kinderslaapkamer etc.) en kijk dan met het UV licht en geef aan waar nog vuil zit (waar het blauwpaars oplicht, zoals misschien tussen de vingers en rond de nagels). Je kan hier ook uitleggen dat de crème bestaat uit kunststofdeeltjes die bacteriën nabootsen. Dus het zijn geen echte bacteriën die dan oplichten.]

Slide 5

“Waarom is het nu belangrijk om de handen te wassen? Eigenlijk is het wassen van de handen de meest simpele en effectieve manier om infectieziekten te voorkomen. Doordat pedagogisch medewerkers de handen wassen, kunnen infectieziekten worden voorkomen bij de pedagogisch medewerkers zelf, maar ook bij de kinderen. Bij infectieziekten kan het gaan om maagdarminfecties. Deze geven diarree en braken. Maar het kan ook gaan om luchtweginfecties zoals een verkoudheid of griep. Onderzoek in het buitenland heeft aangetoond dat wanneer de handhygiënerichtlijn goed wordt nageleefd op kinderdagverblijven, het aantal maagdarminfecties bij kinderen kan verminderen met 31% en het aantal luchtweginfecties met 21%. Dus het blijkt dat er veel winst is te behalen.”

Slide 6

“Waarom is handhygiëne nu juist op een kinderdagverblijf van belang? Kinderen hebben nog weinig weerstand, want hun immuunsysteem is nog niet helemaal ontwikkeld. En daardoor kunnen kinderen eerder ziek worden. Er kan bijvoorbeeld een virus zijn waar je als volwassene niet ziek van wordt, maar als kind wel. En ook de gevolgen kunnen erger zijn: een kindje met diarree kan snel uitdrogen en hierdoor zelfs in het ziekenhuis belanden, terwijl dit bij volwassenen niet zo snel gebeurt. Maar daarnaast hebben kinderen op een kinderdagverblijf ook een grotere kans op het oplopen van een infectieziekte, omdat er relatief veel kinderen zijn op een kleine ruimte en er vinden veel handelingen plaats. Dit zorgt er voor dat juist op een kinderdagverblijf handhygiëne heel belangrijk is.”

Slide 7

“Er is een handhygiënerichtlijn opgesteld door het LCHV wat staat voor Landelijk Centrum voor Hygiëne en Veiligheid. In deze richtlijn wordt onderscheid gemaakt tussen momenten waarop handhygiëne moet gebeuren en momenten waarop het aanbevolen is de handen te wassen. In 2010 is onderzocht in hoeverre de handhygiënerichtlijn wordt opgevolgd in Nederlandse kinderdagverblijven. Het blijkt dat slechts in 42% van de verplichte momenten, de handen ook daadwerkelijk worden gewassen. Dus ongeveer 1 op de 2 keer worden de handen nu goed gewassen. Dit laat zien dat er dus zeker nog verbetering mogelijk is in de naleving van de richtlijn, zodat de kinderen minder infectieziekten oplopen.”

Slide 8

“Infectieziekten kunnen veroorzaakt worden door virussen of bacteriën. Maagdarminfecties met diarree die op een kinderdagverblijf voorkomen, kunnen worden veroorzaakt door bijvoorbeeld het norovirus of rotavirus. Het rotavirus zorgt vooral bij jonge kinderen voor maagdarminfecties, terwijl het norovirus ook veel bij volwassenen voorkomt. Beide virussen verspreiden zich heel snel wat kan leiden tot uitbraken. Een bacterie die voor maagdarminfecties kan zorgen is de campylobacter. Luchtweginfecties kunnen worden veroorzaakt door het RS-virus of rhinovirus. Het RS-virus en rhinovirus zorgen voor verkoudheid. Het RS-virus is het meest voorkomende verkoudheidsvirus bij kinderen.”

Slide 9

“Hoe verspreiden infectieziekten zich? Een belangrijke manier van verspreiding is via de handen. Bacteriën en virussen zijn zo klein dat je ze niet ziet en je kan dan iemand direct besmetten via aanraken, bijvoorbeeld bij het verschonen van een kind. Maar infectieziekten kunnen zich ook indirect verspreiden, bijvoorbeeld via voorwerpen in de omgeving, zoals speelgoed. Infectieziekten kunnen daarnaast ook via de lucht verspreiden. Als iemand niest, kan je dat daarna inademen. Of je kan het oplopen doordat eten of drinken besmet is. Maar ook dieren kunnen bacteriën of virussen meedragen en infectieziekten doorgeven. Je ziet hier ook een plaatje van een jongetje met een snotneus. Dus ook via lichaamsvocht kunnen infectieziekten verspreiden, bijvoorbeeld bij het snuiten van een neus of opruimen van braaksel. Maar hier komen we nog verder op terug.”

Slide 10

“Hier zijn een aantal foto’s van verspreiding via de omgeving. Want ook bij het gebruiken van de telefoon kan het zo zijn dat infectieziekten verspreiden. Want waar denken jullie dat de telefoon het vieste is?” [Laat ze voorbeelden noemen.]

Slide 11

“Hier zie je dan inderdaad waar al die micro-organismen zouden kunnen zitten. En het is niet zo dat alle micro-organismen meteen leiden tot ziekten, maar er zouden hier wel een aantal ziekteverwekkers tussen kunnen zitten. Het kan dus zijn dat een collega niest en dan vergeet haar handen te wassen en gaat bellen. Als jij dan dezelfde telefoon daarna gebruikt, kan je besmet raken en ziek worden.”

Slide 12

“Ook via een deurklink kan verspreiding plaatsvinden, bijvoorbeeld als een collega naar het toilet is geweest en zij vergeet de handen te wassen. Dan kunnen bacteriën of virussen op de deurklink terecht komen.”

Slide 13

“Juist bij een keukenkastje hoop je dat het heel schoon is, want daarna ga je vaak aan de slag met eten. Maar hier kunnen dus ook allemaal micro-organismen zitten. Het kan zijn dat je dit keukenkastje opendoet en daarna aan de slag gaat met het smeren van boterhammen. Je kan dan via het eten van de boterhammen de bacteriën of virussen binnenkrijgen en daarvan ziek worden. Maar het kan natuurlijk ook zijn dat je boterhammen gaat smeren voor de kinderen en dat zij daar dan ziek van worden.”

Slide 14

“Dan gaan we nu de richtlijn bespreken en zoals ik al zei, die is opgesteld door het Landelijk Centrum voor Hygiëne en Veiligheid. In de richtlijn staan de momenten waarop handhygiëne verplicht is voor pedagogisch medewerkers. En dat is voor het aanraken en bereiden van eten. Waar denken jullie dan aan als je dat ziet staan? Aan wat voor momenten denk je dan? [Laat ze voorbeelden noemen.] Maar het moet ook voordat je zelf gaat eten of voordat je een kind gaat helpen met eten. En voor en na wondverzorging en dat is bijvoorbeeld het plakken van een pleister. En de handen moeten natuurlijk gewassen worden nadat je zelf naar het toilet bent geweest. En nadat je een luier hebt verschoond, en dat is zowel na een poepluier als plasluier. Maar ook nadat je een kind helpt met naar de WC gaan en de billen afveegt. En daarnaast moet het ook gebeuren na hoesten, niezen of neus snuiten en na contact met lichaamsvocht. Daarmee bedoelen we bijvoorbeeld urine, braaksel, snot. Hier komen we zo meteen nog verder op terug. En natuurlijk moet je ook je handen wassen als je ziet dat ze vies zijn, bijvoorbeeld na knutselen en verven.”

Slide 15

“Daarnaast zijn er een aantal momenten waarop handhygiëne is geadviseerd voor pedagogisch medewerkers. Dat is na het toezicht houden op buitenspelen. Na contact met vuil textiel of de afvalbak. Het gaat dan om zowel de afvalbak in de keuken als de afvalbak in de verschoonruimte. Na schoonmaakwerkzaamheden en na gebruik van plastic handschoentjes. Het LCHV adviseert dat jullie handschoentjes alleen gebruiken als er een uitbraak is of bij contact met bloed. Omdat handschoenen eigenlijk een soort van schijnveiligheid geven, omdat bij het uitdoen van plastic handschoentjes vaak vuil achterblijft op de handen. Dus daarna moeten de handen juist heel goed gewassen worden.”

Slide 16

“Zoals jullie hebben gezien zijn de momenten in de richtlijn vrij algemeen. Wij hebben geprobeerd om de momenten in de richtlijn meer concreet te maken. Want er staat dan voor voedselbereiding en ik heb jullie al gevraagd wat jullie daar onder verstaan, maar daar valt ook onder voor het maken van een flesje en het schillen van fruit. Bij het schillen van fruit kan je denken, ”ja ik doe het altijd bij het schillen van fruit want daarna plakken mijn handen”. Maar voor de verspreiding van infectieziekten is het dus heel belangrijk dat je het daarvoor doet, zodat het voedsel niet besmet raakt. En waar denken jullie aan voor het helpen van een kind met eten? [Laat ze voorbeelden noemen.] Want daar valt dan ook onder het aangeven van koekjes als je het koekje ook daadwerkelijk aanraakt en het aangeven van stukjes fruit. En we hebben net gezien dat je ook uit de omgeving ziekteverwekkers kan oppakken. Dus ook als je aan het eten bent en je staat tussendoor op om de telefoon op te nemen of iets schoon te maken, dan is het goed voordat je verder gaat met eten om je handen te wassen.”

Slide 17

“Bij na het verschonen van een luier gaat het om zowel plas- als poepluiers. Maar zijn er nog meer verschoonmomenten dat het misschien zou moeten? Of dat je je juist afvraagt of het dan zou moeten? [Laat ze antwoorden.] Nou het moet dus ook na het kijken in een luier of die vies is. En ook als een kind op een potje naar het toilet is geweest of alleen op het toilet heeft gezeten, moet ook het kind de handen wassen. Daarnaast blijkt dat soms alleen op het einde van een verschoonronde de handen worden gewassen, omdat het allemaal plasluiers zijn. Maar je hebt dan toch kans dat je de billen van een kind aanraakt, en misschien heeft het kind op dat moment geen diarree luier, maar als het wel ziek is, kan je toch ziekteverwekkers aan je handen krijgen en misschien wel verspreiden naar het volgende kind. En je moet natuurlijk ook je handen wassen na het helpen van een kind bij de toiletgang, dus na het afvegen van de billen.”

Slide 18

“Na contact met lichaamsvocht. Aan wat soort momenten denken jullie hierbij?” [Laat ze een aantal concrete voorbeelden noemen.]

Slide 19

“Het gaat dan om het wassen van de handen na hoesten en niezen. Maar ook na het snuiten van je neus of het afvegen van een neus van een kind moeten de handen worden gewassen. En ook na het opruimen van uitgespuugd voedsel of braaksel en na iets uit de ogen halen bij een kind. Daarnaast ook na het verzamelen van vuile slabbetjes voor de was omdat daar vaak dan ook veel speeksel of kwijl op zit. Maar onder contact lichaamsvocht valt ook het aanraken van een zakdoek met snot en het aanraken van kleding met poep of urine.”

Slide 20

“Er is ook gekeken naar wanneer de kinderen de handen moeten wassen. En dat is voor het eten of voor voedselbereiding. En met voedselbereiding bedoelen we als de kinderen mee gaan helpen met het bakken van bijvoorbeeld een cake of het smeren van boterhammen. Andere momenten dat de kinderen de handen moeten wassen zijn nadat ze naar het toilet zijn geweest (zowel na poepen als plassen), na buitenspelen en na het hebben van zichtbaar vieze handen.”

Slide 21

“Dan gaan we nu de techniek van het handen wassen bespreken. Want er zijn een aantal dingen waar je goed op kunt letten. Ten eerste is het belangrijk dat er stromend water wordt gebruikt. Maak de handen nat en doe er vloeibare zeep op. Soms worden de handen ook wel eens gewassen zonder zeep te gebruiken, maar dit is dan niet goed. Juist zeep is nodig om het vuil los te krijgen en goed te verwijderen, en ook om bacteriën en virussen te verwijderen. Na het pakken van de zeep wrijf je de handen over elkaar zodat de zeep over de handen wordt verdeeld. Het is daarbij belangrijk om te letten op kritische punten: was tussen de vingers, vergeet de handrug niet, de duimen niet en de vingertoppen niet. [Bij het vertellen van de kritische punten de bewegingen voordoen.] Spoel dan de handen al wrijvend af onder stromend water. En dit alles hoeft niet langer te duren dan 10 seconden. Dus dan gaan we het nu met z'n allen nog een keer doen en dan binnen de 10 seconden [Maak met z'n allen de gebaren: inwrijven, tussen de vingers, handrug, duimen, vingertoppen, afspoelen. Vraag tot slot nog aan iemand om het voor de groep nog een keer voor te doen en kijk of het binnen 10 seconden lukt]. En na het wassen van de handen is het ook belangrijk om de handen goed af te drogen. Dit is eigenlijk net zo belangrijk als goed wassen. Het beste is om gebruik te maken van papieren handdoekjes. Als dat niet mogelijk is kan je gebruik maken van stoffen handdoeken, maar die moeten dan wel elk dagdeel worden vervangen of als ze er eerder al vies uitzien.”

Slide 22

“Hier staan een aantal foto's van lastige plekken. Hier kan je dus zien dat het echt belangrijk is om de handrug en de knokkels mee te nemen. En hier zie je nog duidelijker dat tussen de vingers goed gewassen moet worden. En ook de duimen moeten goed meegenomen worden. Let er dus bij het handen wassen op dat deze plekken niet worden vergeten.”

Slide 23

“Als de handen niet zichtbaar vuil zijn, kan ook handalcohol gebruikt worden en dan is er geen water nodig. Dat zou dan ook makkelijk even tussendoor kunnen. De techniek hiervoor lijkt op die van het handen wassen met water en zeep. Doe zo veel handalcohol op de handen als in het kuiltje van de handpalm past. Wrijf dan de handen in elkaar. En dan is het ook weer belangrijk om tussen de vingers te wrijven en ook de handrug, vingertoppen en duimen mee te nemen. Laat daarna de handen drogen aan de lucht. Je hoeft ze dan dus niet af te spoelen met water.”

Slide 24

Handhygiëne in het algemeen kan nog verbeterd worden door korte nagels. Want achter lange nagels of kunststofnagels blijft vaak vuil hangen. Daarnaast is het beter om geen ringen of armbanden te dragen, omdat dit ook vuil aantrekt. En op die plekken is het ook moeilijker om de handen goed te wassen. Daarnaast is het belangrijk om goed de handen te verzorgen met een crème zodat ook kloven worden voorkomen, want die kunnen ook vuil aantrekken.

Slide 25

Om te bereiken dat het makkelijker wordt om de handhygiënerichtlijn beter na te leven, zijn er verschillende materialen ontwikkeld in het kader van het Heel gewoon, Handen schoon programma. Deze kennistraining is daar een onderdeel van. Maar er is ook een teamtraining waarmee jullie als team kunnen kijken hoe de handhygiëne verbeterd kan worden specifiek op jullie kinderdagverblijf. Daarnaast zijn er posters en stickers ontwikkeld als reminders om de handen te wassen. En de posters en stickers die je hier ziet zijn voor de kinderen, maar daarnaast zijn er ook posters en stickers voor pedagogisch medewerkers. En tot slot is er informatie verzameld over de juiste producten voor een goede handhygiëne op een kinderdagverblijf. Want om het Heel gewoon, Handen schoon programma goed te kunnen uitvoeren is het belangrijk dat het kinderdagverblijf is voorzien van alle materialen die nodig zijn om een goede handhygiëne uit te kunnen voeren. Het gaat dan om papieren handdoekjes, zeep, handalcohol en handcrème.

Slide 26

Dit was de presentatie. Voor elk van de andere onderdelen van het Heel gewoon, Handen schoon programma is een instructie hoe dat onderdeel ingevoerd kan worden. Deze instructies en de posters en stickers zijn gratis te downloaden op www.heelgewoonhandenschoon.nl of via <http://toolkits.loketgezondleven.nl>.