

Pro Senectute empfiehlt:

Handhygiene – Richtig Hände waschen

Hygiene ist in unserem Alltag ein wichtiges Thema: Wir schütteln Hände, zählen Kleingeld, berühren Türklinken, benutzen Einkaufswagen, Handläufe und nutzen öffentliche Verkehrsmittel. Um die Ausbreitung von Infektionen im eigenen Umfeld zu reduzieren, kann das korrekte Händewaschen und richtige Anwenden von Desinfektion-Gels sehr hilfreich sein.

6 Schritte der hygienischen Händereinigung



Schritt 1

Seife oder Desinfektionsmittel zwischen den Handflächen inkl. Handgelenken verreiben

Schritt 2

Rechte Handfläche über den linken Handrücken führen und umgekehrt

Schritt 3

Mit gespreizten, ineinander verschränkten Fingern Handflächen gegeneinander reiben

Schritt 4

Aussenseite der Finger ineinander verschränkt auf die gegenüberliegende Handfläche legen

Schritt 5

Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt

Schritt 6

Kreisende Bewegungen mit geschlossenen Fingerspitzen der rechten Hand auf der linken Handfläche und umgekehrt