



→ Hygiene in der Pflege

BASICS
sicher & gesund arbeiten

UV **Universum**
Verlag



Inhaltsverzeichnis

1.	Wie entstehen Infektionen?	4
2.	Händehygiene	9
3.	Persönliche Hygiene	16
4.	Reinigung und Flächendesinfektion	21
5.	Aufbereitung von Gegenständen und Materialien	28
6.	Wohnlich und hygienisch – Wohnraumhygiene	31
7.	Lebensmittelhygiene	34
8.	Hygienemaßnahmen bei Pflegetätigkeiten	37
9.	Hygienemaßnahmen bei multiresistenten Erregern	47
10.	Hygienemaßnahmen bei Infektionskrankheiten	51
11.	Medien	54

Impressum

Verlag: Universum Verlag GmbH, Taunusstraße 54, 65183 Wiesbaden, E-Mail: info@universum.de, Internet: www.universum.de. Vertretungsberechtigte Geschäftsführer: Siegfried Pabst und Frank-Ivo Lube. Die Verlagsanschrift ist zugleich ladungsfähige Anschrift der im Impressum genannten Vertretungsberechtigten des Verlags.

• **Text:** Andrea Sack, Berlin; Fachliche Beratung: Stefanie Penth, Berlin • **Redaktion:** Jens Hoffmann, Wiesbaden • **Satz und Gestaltung:** Wiesign, Wiesbaden • **Herstellung:** Alexandra Koch, Wiesbaden • **Druck:** Schweikert Druck, Wieslensdorfer Straße 36, 74182 Obersulm-Eschenau • © Universum Verlag GmbH, 2016, Wiesbaden. Alle Rechte vorbehalten. • ISSN 0931-7066, ISBN 978-3-89869-492-6, ISBN (PDF): 978-3-89869-493-3, ISBN (ePub): 978-3-89869-494-0



Infektionsschutz im Pflegealltag

Beschäftigte in der Pflege tragen hohe Verantwortung: Sie behandeln und umsorgen Menschen, deren Gesundheit oft stark geschwächt ist. Ihr Handeln ist in hohem Maße mitentscheidend für das Wohlergehen der Pflegebedürftigen. Gerade diese tätige Hilfe macht Berufe in der Pflege, Betreuung und Therapie erfüllend.

Doch die Tätigkeit hält auch Herausforderungen bereit. Eine davon ist der Infektionsschutz, also das Verhindern einer Ansteckung mit Krankheitserregern. Beschäftigte in der Pflege sollten die Zusammenhänge der Infektionsentstehung und wesentliche Vorbeugemaßnahmen kennen – für ihre eigene Gesundheit und die Gesundheit pflegebedürftiger Personen, sei es in der stationären oder ambulanten Pflege, in Krankenhäusern oder sonstigen Betreuungs- und Therapieeinrichtungen.





1. Wie entstehen Infektionen?

Jeder Mensch ist von Geburt an mit unzähligen Kleinstlebewesen – Mikroorganismen oder Keimen – besiedelt (**körpereigene Besiedlungsflora**). Die meisten erfüllen lebenswichtige Funktionen. Sie erhalten beispielsweise den pH-Wert der Haut oder unterstützen die Verdauung. Einige Arten können jedoch Krankheiten verursachen.



Wichtige Information

Was ist eine Infektionskrankheit?

Eine Infektion ist allgemein die erfolgreiche Ansiedlung und Vermehrung von Mikroorganismen (z. B. Bakterien, Viren, Pilzen) auf oder in einem Makroorganismus (z. B. dem menschlichen Körper). Führt die Infektion zu einer Schädigung von Zellen oder Gewebe des Makroorganismus, so wird dies als Infektionskrankheit bezeichnet.

Arten von Mikroorganismen

Mikroorganismen lassen sich nach ihren biologischen Grundeigenschaften unterscheiden: **Bakterien** sind selbstständig lebens- und vermehrungsfähig, sie können teilweise monatelang außerhalb ihres Wirtskörpers überleben (z. B. Staphylokokken, Salmonellen). Die Arten Bacillus und Clostridium können zudem **Sporen** bilden. Diese nicht vermehrungsfähigen Formen können in der Umwelt überdauern und bei erneutem Eintritt in den Körper wieder vermehrungsfähige Formen bilden (z. B. Tetanus, Milzbrand).

Viren können sich nur in einer Wirtszelle vermehren und außerhalb nicht lange überleben (z. B. Hepatitis B, HIV).

Pilze finden sich oft auf Haut oder Schleimhäuten, ohne zu Infektionen zu führen. Bei reduzierter Abwehrlage (z. B. Antibiotikaeinnahme, Chemotherapie) können auch sie als Infektionserreger auftreten (z. B. Soor).

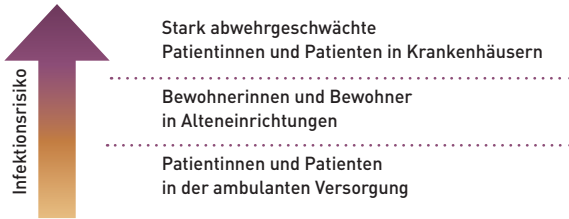
Wann steigt das Infektionsrisiko?

Ob es nach Kontakt mit infektiösen Erregern zu einer Erkrankung kommt, ist abhängig von den **Erregereigenschaften**, der **Menge des Erregers** (Infektionsdosis) sowie der **Abwehrlage** (Disposition und Immunität) des Organismus. Gerade in der Pflege betreuen und behandeln Sie häufig Menschen, deren Abwehrlage geschwächt ist und die einem hohen Infektionsrisiko unterliegen. Die Abwehrlage wird von endogenen (vom Organismus ausgehenden) und exogenen (von außen



↑ Bakterien können gefährliche Infektionskrankheiten verursachen.

einwirkenden) Faktoren beeinflusst. Kommen mehrere schwächende Faktoren zusammen, steigt das Risiko für eine Infektion. Dann können sogar Keime der körpereigenen Besiedlungsflora **Infektionen** auslösen.



Die wichtigsten **endogenen Einflussfaktoren** sind:

- sehr niedriges oder sehr hohes Lebensalter,
- Unterernährung, Mangelernährung,
- chronische Erkrankungen (z. B. Diabetes mellitus), Erkrankungen des Immunsystems (z. B. Leukämie, Autoimmunerkrankungen).

Personengruppen mit erhöhtem Infektionsrisiko

Exogene Einflussfaktoren können die körpereigenen Abwehrmechanismen ausschalten:

- Haut- oder Schleimhautschädigung (z. B. Verletzung), Verbindung ins Körperinnere (z. B. PEG-Sonde, Port),
- Umgehung physikalischer Abwehrmechanismen (z. B. verhindert ein Blasenkatheter den Spüleffekt in der Harnröhre),
- Veränderungen des pH-Wertes oder der körpereigenen Flora (z. B. Antibiotikatherapie),
- abwehrunterdrückende Medikamente (z. B. Kortison, Zytostatika, Immunsuppressiva).



Wichtige Information

Nosokomiale Infektionen

Infektionen, die mit einer medizinischen Maßnahme zusammenhängen, werden als nosokomiale Infektionen bezeichnet (Harnwegs-, Atemwegs-, Wundinfektion und Sepsis). Sie werden fast ausschließlich durch Erreger der körpereigenen Besiedlungsflora ausgelöst.

Wie werden Krankheitserreger übertragen?

Mikroorganismen können sich nicht selbstständig fortbewegen. Sie werden transportiert, etwa durch Hände, Materialien, Flüssigkeitsmoleküle oder Staubpartikel. Die **direkte Übertragung** von Krankheitserregern von Mensch zu Mensch setzt unmittelbaren Kontakt voraus. Bei der **Tröpfcheninfektion** erfolgt die Übertragung innerhalb einer Distanz von bis zu 1,5 Metern über infizierte Speicheltröpfchen oder -aerosole (z. B. Tuberkulosebakterien, Schnupfenviren). Bei der **Kontakt- oder Schmierinfektion** können Keime einerseits durch direktes „Berühren“ von Mensch zu Mensch übertragen werden (etwa über die Hände). Andererseits können sie durch **indirekte Übertragung** über einen „Zwischenträger“ in den Körper gelangen. Enge Kontakte sind dazu nicht nötig. Solche „Überträger“ können zum Beispiel kontaminierte Medizinprodukte (Stethoskope, Blutdruckmanschetten, Kanülen etc.), Gegenstände und Oberflächen in der Arbeits- und Patientenumgebung (Betten, Toiletten-sitze, Handläufe etc.) oder keimbelastete Lebensmittel sein. Selbst über Stäube können Keime verbreitet werden.

Wie können Sie Infektionen vorbeugen?

Bei der Pflege und medizinischen Behandlung dienen **vorbeugende Maßnahmen der Infektionshygiene** dem Schutz von Beschäftigten (Personalschutz) und Pflegebedürftigen (Vermeidung nosokomialer Infektionen).

Sie orientieren sich an diesen Prinzipien:

- Durch Tragen von **Schutzkleidung** und **aseptisches („keimfreies“) Handeln** an Personen werden Übertragungswege unterbrochen (= Barrierepflege).
- Durch **Desinfektion und Sterilisation** (z. B. Händedesinfektion, Flächendesinfektion, Aufbereitung von Instrumenten) lassen sich Erreger ausschalten.
- Durch **Absonderung oder Isolierung der Infektionsquelle** wird verhindert, dass sich Erreger ausbreiten. Das heißt, bei hochansteckenden Krankheiten (z. B. virale Darminfektionen) müssen erkrankte Personen vorübergehend von anderen isoliert werden.

Zur Minimierung von Infektionsrisiken führen Sie in Ihrem Arbeitsalltag routinemäßig Maßnahmen der Basishygiene durch. Sie umfassen:

- Händehygiene,
- persönliche Hygiene und Tragen von Schutzkleidung,
- Desinfektion von Flächen und Gerätschaften,
- Umgang mit Wäsche, Lebensmitteln, Abfällen,
- Einhaltung der Asepsis (= Keimfreiheit) bei invasiven Behandlungsmaßnahmen.

In den folgenden Kapiteln dieser Broschüre werden die wichtigsten Maßnahmen der Infektionsprävention in der Pflege erklärt. Nehmen Sie dieses Grundwissen mit als Handlungsanleitung für Ihren Arbeitsalltag, damit Sie und die Ihnen anvertrauten Menschen gesund bleiben.

In dieser Reihe
außerdem erhältlich:

Absturzsicherungen

Arbeit am Bildschirm

Brandschutz

Ergonomie

Erste Hilfe – Was tun
im Notfall?

Gefahrstoffe

Grundregeln

Hautschutz

Heben und Tragen

Hygiene in Küchen

→ Hygiene in der Pflege

Lärm

Ladung sichern

Leben in Balance

Leitern, Tritte, Kleingerüste

Persönliche

Schutzausrüstung

Rückengesundheit

Sicherheitsbeauftragte

Sicherheitszeichen

Start in den Beruf

Stolpern – Rutschen –
Stürzen

Umgang mit
elektrischem Gerät

Mehr Infos zur Reihe:
www.universum.de/basics