

Pressemitteilung

5. Mai 2023: Internationale Tag der Händehygiene

Händehygiene verhindert Infektionen

Düsseldorf den 03.05.2023

Ob zu Hause, im Krankenhaus, in der Schule, im Kindergarten, im Büro, auf der Rolltreppe oder im öffentlichen Bus: Überall lauern Keime, die Infektionen auslösen können. Die Covid-19-Pandemie trug dazu bei, Menschen für eine regelmäßige und gründliche Händehygiene zu sensibilisieren. Am 5. Mai, dem Tag der Händehygiene, steht diese ganz besonders im Mittelpunkt. Er möchte auf die Bedeutung der korrekten und regelmäßigen Händehygiene zur Vermeidung von Krankheiten aufmerksam machen. Der Tag wurde 2009 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ins Leben gerufen.

„80 Prozent aller Infektionskrankheiten werden über die Hände verbreitet. Die Verbreitung von Infektionskrankheiten wird ihnen auch leicht gemacht, denn wir fassen uns durchschnittlich alle vier Minuten ins Gesicht – häufig mit ungewaschenen Händen“ erläutert Florian Krahe von der Akademie für Hygiene und Infektionsprävention des DRK-Landesverbandes Nordrhein. Dann haben Krankheitserreger die Chance, sich in unseren Schleimhäuten breit zu machen. Wer regelmäßig die Hände wäscht, senkt deutlich das Risiko, sich zu infizieren und an Grippe, Magen-Darm-Infekten oder anderen übertragbaren Infektionen zu erkranken.

Die Hände sollten jedoch nicht nur gewaschen werden, wenn sie sichtbar schmutzig sind. Denn Krankheitserreger sind mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen. Daher ist die regelmäßige Händehygiene im Alltag so wichtig. Viele Menschen machen dies nicht gründlich genug oder zu kurz, so Florian Krahe. Ob beim Naseputzen, beim Toilettengang, beim Streicheln eines Tieres oder bei der Zubereitung von Lebensmitteln: Die Hände kommen häufig mit Keimen in Kontakt und können diese auf alles übertragen, das anschließend angefasst wird. Beim Händeschütteln oder über gemeinsam benutzte Gegenstände können auch Krankheitserreger leicht von Hand zu Hand gelangen.

Die internationale Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung ist mit nationalen Gesellschaften in 191 Ländern die größte humanitäre Organisation der Welt.

**DRK-Landesverband
Nordrhein e.V.**

Aufm Hennekamp 71
40225 Düsseldorf
Tel. 0211 3104-0
info@drk-nordrhein.de
www.drk-nordrhein.de

Ansprechpartner
DRK-Pressestelle
Andreas Brockmann
Tel. 0211-3104 251
a.brockmann@drk-nordrhein.de

**Die sieben Grundsätze
der Rotkreuz- und
Rothalbmondbewegung**

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität

Wer Krankheitserreger vernichten möchte, muss seine Hände mindestens 20-30 Sekunden lang waschen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt, das Lied "Happy Birthday" zweimal zu singen. Diese Zeitspanne entspricht ungefähr der empfohlenen Waschdauer. „Nur einer von 1.000 Keimen auf den Händen überlebt das gründliche Händewaschen“ so Krahe. Aus diesem Grund ist es so wichtig, sich lange und ordentlich genug die Hände zu waschen.

Besonders Kinder leiden häufig unter Infekten. Händewaschen ist eine wirksame Maßnahme, um Familienmitglieder und Spielkameraden vor Ansteckung zu schützen. Schon für die Kleinen sollte das Händewaschen daher zum Alltag gehören. „Richtiges Hygieneverhalten ist nicht angeboren, sondern muss erlernt werden. Je früher es eingeübt wird, desto selbstverständlicher wird es umgesetzt und trägt lebenslang zum Schutz der Gesundheit bei“, erläutert Krahe. Eltern und Erziehende sind auch in punkto Hygiene entscheidende Vorbilder für die Kleinen.

Das DRK rät besonders zum Händewaschen in folgenden Situationen:

- nach dem Nachhausekommen,
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- vor der Zubereitung von Speisen und vor den Mahlzeiten,
- nach dem Besuch der Toilette,
- vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- vor dem Kontakt mit Menschen, die gesundheitlich geschwächt sind,
- nach Kontakt mit Abfällen
- sowie nach dem Kontakt mit Tieren.