

Desinfektion - aber wie?

Schulen und Kindergärten öffnen wieder, die Menschen kehren vermehrt zurück an ihre Arbeitsstätten und nutzen dazu öffentliche Verkehrsmittel. Kurzum, wir sind wieder mehr draußen unterwegs und wollen uns natürlich schützen.

Gründlich Händewaschen als wichtigste Hygienemaßnahme

Nach WHO-Angaben (Weltgesundheitsorganisation) werden 80% aller Infektionskrankheiten über die Hände übertragen. Durch berühren von Mund, Nase oder Augen gelangen die Erreger dann in unseren Körper. Waschen wir unsere Hände, so unterbrechen wir diesen Übertragungsweg. Deshalb schützt gründliches und häufiges Händewaschen nicht nur die eigene Gesundheit, sondern auch die unserer Mitmenschen. Der Welttag der Handhygiene am 5. Mai, erinnert uns heuer besonders an diese erste und wichtigste Hygienemaßnahme.

Richtig Hände waschen

Seife wirkt aufgrund ihrer Alkalität gegen Viren. Warmes Wasser und Seife bietet daher ausreichend Schutz. Trocknen Sie Ihre Hände rasch ab, denn in feuchter Umgebung halten und vermehren sich Mikroorganismen besonders gut. Verwenden Sie zu Hause Ihr eigenes Handtuch und wechseln Sie dieses häufig. Benutzen Sie an öffentlichen Orten Einmalhandtücher.

wir-leben-nachhaltig.at: **Richtig Händewaschen (Video)**

wir-leben-nachhaltig.at: **Regelmäßig Händewaschen**

Wenn Händedesinfektion, dann richtig

Regelmäßiges Händewaschen mit Seife ist die Basis des Viren-Schutzes. In öffentlichen Gebäuden und Geschäften finden sich zusätzlich Desinfektionsmittel für die Hände. Diese sind kein Ersatz für häufiges und gründliches Händewaschen. Verwenden Sie die Produkte nur auf trockenen Händen. Benetzen Sie die Hände vollständig mit dem Mittel und vergessen Sie nicht auf die Fingerzwischenräume, Daumen und Fingerkuppen. Die Mittel benötigen eine gewisse Einwirkzeit, um ihre Wirkung voll zu entfalten. Im Durchschnitt sind das 30 Sekunden.

Schützen Sie Ihre Haut

Häufiges Waschen und Desinfizieren schädigt die natürliche Schutzbarriere unserer Haut. Durch den hochprozentigen Alkohol kommt es zu trockenen oder auch brennenden Händen. Achten Sie deshalb besonders auf die Pflege Ihrer Haut mit einer guten Pflegecreme.

Desinfektionsmittel ist nicht gleich Desinfektionsmittel

Es gibt verschiedene Arten von Desinfektionsmitteln je nachdem, wo und für welchen Zweck sie eingesetzt werden. Sie unterscheiden sich auch in ihren Inhaltsstoffen.

Händedesinfektionsmittel enthalten Alkohole (Ethanol oder Isopropanol), oft kombiniert mit rückfettenden Substanzen, die wirksam werden, wenn das aufgetragene Desinfektionsmittel auf der Haut trocken gerieben wird. Handdesinfektionsmittel sind in flüssiger Form oder als Gel erhältlich. Verwenden Sie nur gebrauchsfertige Produkte, damit ist die richtige Konzentration sichergestellt. Alkoholische Händedesinfektionsmittel dürfen nicht mit Wasser verdünnt werden.

Zur Händedesinfektion nur Hand-Desinfektionsmittel verwenden! Alle anderen Produkte (Fläche, Böden, ...) sind hochspezialisiert und nicht für den Haushalt gedacht. Aufgrund der gesundheits- und umweltgefährdenden Inhaltsstoffe sind sie für berufliche AnwenderInnen mit der nötigen Ausbildung und Ausrüstung gedacht.

Verwenden Sie auch keine Desinfektionsmittel, die aufgesprüht werden (Sprühdesinfektion). Der feine Sprühnebel belastet die Raumluft unnötig und Sie können das Mittel einatmen, was Gesundheitsschäden verursachen kann.

Risiken und Nebenwirkungen von Desinfektionsmitteln

WIR LEBEN nachhaltig



Bei unsachgemäßer Anwendung von Desinfektionsmitteln kann es zu Hautreizungen, Atemwegsreizungen, Vergiftungen oder Allergien kommen. Beachten Sie Ihrer Gesundheit zuliebe immer die Anweisungen des Herstellers vor der Verwendung.

Handhygiene ist in Krankheitszeiten besonders wichtig. Häufiges und gründliches Waschen mit Wasser und Seife ist dabei die wichtigste Maßnahme. Setzen Sie Handdesinfektion nur dort ein, wo es nötig und vorgeschrieben ist. Achten Sie besonders auf gute Hautpflege zum Schutz Ihrer Haut.

Links:

wir-leben-nachhaltig.at: **Mundschutz selber nähen**

wir-leben-nachhaltig.at: **Natürliche Hautpflege einfach selber machen**

Medizinische Universität Wien: **Richtig Hände waschen**

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz: **Coronavirus – häufig gestellte Fragen**

Hamburger Umweltinstitut

Weltgesundheitsorganisation WHO

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung: **Hygienemaßnahmen für elementarpädagogische Einrichtungen und Schulen**

Bundesinstitut für Risikobewertung: **Fragen zu Übertragung des Coronavirus durch Lebensmittel und Gegenstände**

Nachhaltiges Beschaffungsservice NÖ: **Produktblatt Desinfektion**

Könnte Sie auch interessieren

Wildkräuterküche - Rezepte

Kochen & Genießen - Rezepte für Schokopralinen

Abwaschen - Beim Abwasch Handschuhe verwenden