13. Oktober 2019, 21:41 Uhr Vorausgeschaut

Eine saubere Sache

Hände waschen, das lernen schon die kleinen Kinder, ist wichtig, um Keime abzutöten. Aber wer es richtig machen will, muss einige Regeln beachten. Manche verzichten auch auf die übliche Begrüßung, um die Gefahr zu minimieren

Von Pauline Deichelmann und Anna-Maria Salmen, Landkreis

Der Herbst hat begonnen - und damit wächst auch wieder die Gefahr, sich Erkältungen einzufangen. Damit Bakterien und Keime weniger Chancen haben, ist eine gute Hygiene besonders wichtig. Daran soll am 15. Oktober der Welttag des Händewaschens erinnern, der von der Weltgesundheitsorganisation ins Leben gerufen wurde. Dass die meisten Menschen um die Bedeutung des Händewaschens wissen, zeigt eine Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Von den mehr als 4000 Befragten gaben 96 Prozent an, sich nach dem Toilettenbesuch immer die Hände zu säubern. Doch nicht alle machen es so, wie es notwendig wäre, um Krankheitserreger vollständig zu beseitigen. Laut Studie investiert circa die Hälfte der Befragten deutlich zu wenig Zeit in den Waschvorgang.

Wie geht Händewaschen?

Für eine gründliche Reinigung genügt es nicht, die Hände lediglich kurz unter fließendes Wasser zu halten. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung empfiehlt: Zuerst die Hände anfeuchten, dann mindestens 20 Sekunden, am besten länger, mit Seife einreiben. Dabei sollte man darauf achten, die Seife auch zwischen den Fingern zu verteilen. Anschließend gründlich unter fließendem Wasser abspülen. Auch das Abtrocknen ist wichtig, denn dadurch werden Keime entfernt, die noch an den Händen haften geblieben sind.

Wann sollte man sich die Hände waschen?

Ärzte raten, immer vor den Mahlzeiten und nach dem Kontakt mit Tieren oder kosmetischen Produkten und Medikamenten die Hände mehrere Minuten kräftig zu waschen, damit keine Krankheitserreger über die Schleimhäute im Mund aufgenommen werden und somit in den Körper gelangen. Auch vor dem Kochen oder nach dem Umgang mit Tieren oder dem Kontakt mit Abfällen. Hier sind oft Bakterien im Spiel, die für den Menschen gefährlich werden können. Auch nach

dem Nase putzen, niesen oder einem Toilettenbesuch wird das Waschen der Hände empfohlen.

Wie werden Kinder für das Thema sensibilisiert?

"Hände waschen, Hände waschen muss ein jedes Kind", das lernen die Kleinsten bereits, oft mit Hilfe eingängiger Lieder. Und auch die Krippen und Kindergärten legen großen Wert auf Hygiene. "Man muss das im Alltag leben", sagt Angela Krif, Leiterin der Feldkirchner Kinderkrippe Feldmäuse. Gemeinsam mit den Kindern waschen die Erzieher sich regelmäßig die Hände, zum Beispiel nach dem Toilettenbesuch, nach dem Spielen im Freien oder vor dem Essen. Für Krif haben die Pädagogen dabei auch eine Art Vorbildfunktion, genauso wie die Eltern zuhause. Damit jeder weiß, wie es geht, hat die Leiterin der Krippe eine kleine Anleitung erstellt: Schritt für Schritt hat sie ein Kind fotografiert, vom Aufdrehen des Hahns über das Einseifen bis hin zum Abtrocknen. Die Bilderstrecke hängt nun in der Krippe über den Waschbecken.

Wie wird im Lebensmittel- handwerk auf Hygiene geachtet?

Auch wenn die Mitarbeiter der Bäckerei und Konditorei Stenz in Kirchheim laut Geschäftsführer Josef Stenz bei der Arbeit mit Lebensmitteln Handschuhe tragen - sowohl in Verkauf als auch in der Produktion - ist hier Händewaschen ein wichtiges Thema. Stenz ist besonders stolz auf das Grandeur-Wasser, das hierbei in seinem Betrieb verwendet wird. Es soll weniger Keime enthalten als gewöhnliches Wasser und sich daher gut für die Hygiene eignen. Zudem benutzen die Mitarbeiter zum Abtrocknen kein Handtuch, sondern Papiertücher, die danach entsorgt werden.

Sollte man im Sinne der Hygiene aufs Händeschütteln verzichten?

Die Mitarbeiter der orthopädische Praxis von Dr. Robert Rauh in Unterföhring verzichten aufgrund der Übertragung von Krankheiten auf das Händeschütteln. "Unsere Patienten nehmen die neue Regelung gut an. Jedoch waren viele zuerst verduzt, da es doch ungewohnt ist, darauf zu verzichten", erklärt eine Mitarbeiterin. Mit einem großen Schild am Eingang weisen sie die Patienten darauf hin und im Wartezimmer liegen Erklärungen aus. "Krank durch Höflichkeit", steht groß auf dem Plakat. Mit fehlender Höflichkeit habe das jedoch nichts zu tun. "Herzlich sind wir trotzdem", sagt die Mitarbeiterin.

Bestens informiert mit SZ Plus – 14 Tage kostenlos zur Probe lesen. Jetzt bestellen unter:
www.sz.de/szplus-testen

URL: www.sz.de/1.4639014

Copyright: Süddeutsche Zeitung Digitale Medien GmbH / Süddeutsche Zeitung GmbH

Quelle: SZ vom 14.10.2019

Jegliche Veröffentlichung und nicht-private Nutzung exklusiv über Süddeutsche Zeitung Content. Bitte senden Sie Ihre Nutzungsanfrage an syndication@sueddeutsche.de.