

## Pressemeldung

### **Welthändewashtag am 15. Oktober 2018: Schutz durch richtiges Händewaschen**

München, 15. Oktober 2018 - Angesichts steigender Zahlen von Magen-Darm-Infekten und Grippeerkrankungen rät die BARMER in Bayern anlässlich des Welthändewashtags am 15.10.2018 zu mehr persönlicher Hygiene. "Öfter gründliches Händewaschen blockiert den Verbreitungsweg der meisten Infekte einfach und wirkungsvoll", betont Dr. Claudia Wöhler, Landesgeschäftsführerin der BARMER in Bayern. Bei beiden Erkrankungen verbreiteten sich die krankmachenden Viren oft auch über die Hände.

#### **Schutz auch gegen antibiotikaresistente Erreger**

„Mit einfachen Hygienemaßnahmen hat es jeder im wahrsten Sinne selbst in der Hand, das Risiko einer Ansteckung zu reduzieren“, sagt Wöhler. „Regelmäßiges und gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife kann die Verbreitung krankmachender Keime verringern – auch von solchen Erregern, die gegen Antibiotika zunehmend resistent sind. Damit kann jeder mit effektiver Händehygiene einen wertvollen Beitrag zum Schutz vor ansteckenden Krankheiten leisten, für sich und andere.“ Dies sollten auch bereits die Kleinsten lernen. Denn gerade jüngere Kinder leiden häufiger unter Infektionskrankheiten. Umso wichtiger sind frühzeitige gesundheitsfördernde Alltagsroutinen.

#### **Richtiges Händewaschen**

Auch in Gemeinschaftseinrichtungen wie Kindergärten, Krankenhäusern, Alten- und Pflegeheimen könne die Hygiene gemeinsam mit anderen Vorkehrungen - etwa der Gripeschutzimpfung - die Ausbreitung der Krankheiten und damit verbundene gesundheitliche Probleme wirksam vermeiden. Wichtig ist richtiges Händewaschen, das heißt mehrmals täglich die Hände unter fließendem Wasser mindestens 30 Sekunden lang waschen. Seife dabei möglichst so aufschäumen, dass alle Bereiche, also auch Fingerspitzen, Daumen und Handrücken, möglichst vollständig bedeckt werden. Bei empfindlicher Haut kann auf die Händedesinfektion mit geeigneten Händedesinfektionsmitteln (aus der Apotheke) ausgewichen werden.

Unter [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) bietet die BZgA umfangreiche Informationen rund um das Thema Hygiene.

**Landesvertretung**

**Bayern**

Landsberger Straße 187  
80687 München

[www.barmer.de/presse-bayern.de](http://www.barmer.de/presse-bayern.de)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BY](https://www.twitter.com/BARMER_BY)  
[presse.bayern@barmer.de](mailto:presse.bayern@barmer.de)

Stefani Meyer-Maricevic  
Tel.: 0800 333 004 251 131  
[s.meyer-maricevic@barmer.de](mailto:s.meyer-maricevic@barmer.de)