

Pressemeldung

Welthändehygienetag: Infektionen einfach vorbeugen

München, 02. Mai 2019 – Am 5. Mai ist Welthändehygienetag. Hände kommen oft mit Keimen in Kontakt und sind die häufigsten Überträger von Krankheitserregern. „Für eine gute Hygiene ist gründliches Händewaschen besonders wichtig.

Waschen Sie sich im Alltag regelmäßig die Hände, denn das ist eine sehr wirksame Krankheitsvorsorge“, fordert Professor Dr. Claudia Wöhler, Landesgeschäftsführerin der BARMER in Bayern.

Richtiges Händewaschen erfordert sorgfältiges Vorgehen

Die Hände sollten zunächst unter fließend Wasser gehalten und dann etwa 20 bis 30 Sekunden gründlich mit Flüssigseife eingeseift werden. Dabei ist es wichtig, auch unübliche Stellen wie zum Beispiel den Handrücken nicht zu vergessen. Dann sollten die Hände abgespült und mit einem sauberen Handtuch vollständig abgetrocknet werden, da feuchte Oberflächen ein besseres Milieu zur erneuten Keimverbreitung bieten.

Händewaschen schützt vor Infektionskrankheiten

„Händehygiene ist ein wichtiger und wirksamer Schutz vor Infektionen“, so Wöhler. Auch wenn die Hände nicht sichtbar schmutzig sind, sollten sie gewaschen werden. Denn Krankheitserreger sind mit bloßem Auge nicht erkennbar und gelangen leicht von Hand zu Hand. Kommen die Hände dann mit Schleimhäuten wie etwa dem Mund in Kontakt, dringen die Erreger in den Körper ein und können eine Infektion auslösen. Nicht so, wenn man sich regelmäßig die Hände wäscht. Denn dann wird dieser Übertragungsweg unterbrochen. Händewaschen spielt also eine entscheidende Rolle bei der Vermeidung von übertragbaren Krankheiten und ist eine einfache Maßnahme, mit der man sich und andere vor Ansteckung schützen kann. Mehr Infos unter

<https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/#c6354>.

Landesvertretung
Bayern

Landsberger Straße 187
80687 München

www.bärmer.de/presse-bayern.de
www.twitter.com/BARMER_BY
presse.bayern@bärmer.de

Stefani Meyer-Maricevic
Tel.: 0800 333 004 251 131
s.meyer-maricevic@bärmer.de