



© caimacanul / iStock / Getty Images

Gründlich gewaschen

Am 5. Mai ist der jährliche Welttag der **Handhygiene**. Wie passend, immerhin werden wir seit Ausbruch der Corona-Pandemie beinahe täglich an das Händewaschen als wichtigen Infektionsschutz erinnert.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) möchte mit dem 2009 eingeführten Gedenktag auf regelmäßige und richtige Handhygiene zur Erhaltung unserer Gesundheit aufmerksam machen. Die Aktion ist Teil der Kampagne „Save Lives – Clean Your Hands“ und richtete sich ursprünglich vor allem an Kindergärten und Schulen, Krankenhäuser und Altenheime. Derzeit sollten sich jedoch alle angesprochen fühlen. Der 5.5. wurde als Datum gewählt, da zweimal die Fünf die Anzahl unserer Finger repräsentiert. Seit das Coronavirus SARS-CoV-2 um sich greift, haben Organisationen des Gesundheitswesens wie die WHO, aber auch das Robert-Koch-Institut und das Bundesministerium für Gesundheit daran erinnert, dass der Ausbreitungsstopp in den Händen jedes Einzelnen liegt. Abstandhalten und Handhygiene, damit könne jeder zur Eindämmung der Pandemie beitragen. So haben wir mittlerweile alle schon gehört, dass das Reinigen unserer Hände nach dem Heimkommen,

nach dem Toilettengang und vor dem Essen der einfachste und effektivste Weg ist, eingesammelte Keime wieder loszuwerden, bevor sie uns anstecken können. Nach dem Nassmachen unter fließendem Wasser werden die Hände eingeseift und der Schaum gründlich verrieben: in den Handflächen, auf dem Handrücken, in den Fingerzwischenräumen – und bitte Fingernägel, Daumen und Handgelenke nicht vergessen. Mindestens 20 Sekunden Zeit soll man sich hierfür lassen. Wer zum Händewaschen seine Uhr abgelegt hat, kann sich einfach an seinen letzten Geburtstag zurückerinnern, denn das Lied Happy Birthday ist etwa 20 Sekunden lang. Falls jemand diesen Hygieneschlager schon nicht

mehr hören kann, stehen Alternativen bereit: der Refrain von Stayin' Alive von den BeeGees zum Beispiel. Auch Dolly Partons Jolene hat einen 20 Sekunden langen Chorus, und für Händewäscher mit einem großen Stimmumfang (oder geringem Schamgefühl) ist Take On Me von a-ha hervorragend geeignet. Apothekenmitarbeitern, die sich durch den Kunden- und Geldkontakt häufiger die Viren und Bakterien abspülen sollten, wird zur Desinfektion statt Waschen geraten, da die Haut so weniger stark entfettet wird. Das Schrubben mit Wasser und Seife ist dann nur noch bei sichtbarem Schmutz notwendig. So oder so tut man seinen Händen etwas Gutes, wenn man sie nach der Reinigung eincremt, im Idealfall steht eine Tube mit rückfettender Creme neben dem Waschbecken bereit. Spätestens seit der Ausbreitung von COVID-19 hätten PTA einen Welttag der Handpflege verdient, den hat die WHO aber bislang noch nicht erfunden. ■

Unter <https://washyourlyrics.com/> kann man sich kostenlos ein Poster mit Händewaschanleitung zum Lieblingssong erstellen lassen und herunterladen.

Gesa Van Hecke,
PTA/Redaktionsvolontärin

Voltaren sagt
DANKE

Danke,

*dass Sie für uns
da sind, liebe PTAs!*

Was Sie tun, ist nicht selbstverständlich.
Sondern außergewöhnlich.
Und dafür wollen wir Ihnen danken!