

Datum: 28.04.2025

Nr. 81/2025

## **Gesundheitsamt informiert zum Internationalen Tag der Händehygiene mit Aktionsstand**

Am 5. Mai ist der Internationale Tag der Händehygiene, Anlass für das Gesundheitsamt des Landkreises Esslingen daran zu erinnern: „Hände sind die häufigsten Überträger von Krankheitserregern. Händewaschen schützt vor Infektionen!“. Der internationale Gedenktag wurde von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) im Jahr 2009 ins Leben gerufen. Das Datum „5.5“ steht für die jeweils fünf Finger der beiden Hände. Händehygiene ist nicht nur im Gesundheitswesen, sondern in allen Bereichen des täglichen Lebens wichtig: Ob Erwachsene oder Kinder, ob in Kindergärten, Schulen, Krankenhäusern oder Pflegeheimen, ob vor dem Essen, nach dem Besuch der Toilette oder dem Naseputzen, jede und jeder sollte an Händehygiene denken. Das bedeutet auch richtiges Händewaschen, eine der wirksamsten Maßnahmen zur Verringerung der Ausbreitung von Krankheitserregern und Vorbeugung von Infektionen.

Gründliches Händewaschen gelingt in fünf Schritten: Die Hände werden unter fließendes Wasser mit persönlich angenehmer Temperatur gehalten, dann wird gründlich geseift, und zwar sowohl die Handinnenflächen als auch Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume, Daumen und Fingernägel. Hygienischer als Seifenstücke sind Flüssigseifen, insbesondere in öffentlichen Waschräumen. Die Seife ist an allen Stellen sanft einzureiben. Gründliches Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden. Anschließend werden die Hände unter fließendem Wasser abgespült. In öffentlichen Toiletten sollte man zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder den Ellenbogen verwenden. Dann werden die Hände sorgfältig abgetrocknet, auch in den Fingerzwischenräumen. In öffentlichen Toiletten eignen sich hierfür am besten Einmalhandtücher. Zu Hause sollte jeder sein persönliches Handtuch benutzen.

## **Aktionsstand zum Mitmachen**

Das Gesundheitsamt lädt alle Bürgerinnen und Bürger zu einem Aktionsstand zum Welt-Händehygienetag ein auf Montag, 5. Mai, 11 bis 13 Uhr, Landratsamt Esslingen, Am Aussichtsturm 7, 73207 Plochingen, Neubau Eingangsbereich. Dort kann man sich informieren und die eigene Handhygiene genauer unter die Lupe nehmen.

## **Weitere Informationen**

BIÖG (Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit):

- <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>
- <https://shop.bioeg.de/themen/impfungen-und-persoenerlicher-infektionsschutz/hygiene/>

WHO:

- <https://www.who.int/teams/integrated-health-services/infection-prevention-control/hand-hygiene>
- <https://www.who.int/europe/de/emergencies/overview/05-05-2022-world-hand-hygiene-day---unite-to-promote-hand-cleaning-at-the-core-of-disease-prevention>

rki:

- [https://www.rki.de/DE/Aktuelles/Publikationen/Epidemiologisches-Bulletin/2021/17\\_21.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=1](https://www.rki.de/DE/Aktuelles/Publikationen/Epidemiologisches-Bulletin/2021/17_21.pdf?__blob=publicationFile&v=1)