

Für eine gesunde Welt spielen Hände eine große Rolle

Der simple Akt des Händewaschens bleibt einer der wichtigsten, um die Verbreitung von Keimen zu unterbinden. Die Stärkung des Bewusstseins für das Warum, Wann, Wie und Wo wir unsere Hände waschen sollten, ist unerlässlich, um zu zeigen, wie wir mit Händehygiene für eine gesündere Welt sorgen.

Wie schmutzig sind Ihre Hände?

Keime können sich überall auf Ihrer Handoberfläche befinden. Tatsächlich sammeln sich vor allem unter den Fingernägeln hohe Konzentrationen von Bakterien.¹



Die meisten Menschen vergessen vier Bereiche beim Waschen Ihrer Hände. Dies sind die Fingerspitzen, Daumen, Handrücken und Handgelenke.²



Frauen geben an, ihre Hände durchschnittlich circa 9,5-mal pro Tag, Männer dagegen circa 7,6-mal pro Tag, zu waschen³

Frauen waschen ihre Hände typischerweise häufiger als Männer. 83 % von ihnen tun dies nach dem Toilettenbesuch, während es bei Männern nur 74 % sind⁴

Ihre Hände sind wichtig

31 %

glauben, dass **persönliche Verantwortung** der Schlüssel zur Verbesserung von Hygienestandards und öffentlicher Gesundheit ist³

85 %

sagen, dass sie ihre Hände **oft genug waschen**³

71 %

sagen, dass **andere Personen ihre Hände** nicht oft genug waschen³

80 %

fühlen sich mit ungewaschenen Händen unwohl bei **sozialem Kontakt mit anderen**³



Für eine gesunde Welt spielen Hände eine große Rolle



Händewaschen ist das wichtigste und einfachste Mittel, um eine Verbreitung von Infektionen zu verhindern⁵



20 % aller Atemwegsinfektionen (z. B. die herkömmliche Erkältung) können durch einfaches Händewaschen verhindert werden⁷



Gute Gewohnheiten bei der Händehygiene haben das Risiko **für Kinder**, an der Hand-Fuß-Mund-Krankheit zu erkranken, um bis zu 60 % reduziert⁶



Jedes Jahr erkrankt weltweit einer von zehn Menschen an einer Lebensmittelinfektion, die häufig im Zusammenhang mit schmutzigen Händen bei der Speisenherstellung steht⁸

Wann man sich die Hände wäscht



Nach dem Schnäuzen, Husten oder Niesen⁹



Nach dem Berühren eines Haustiers oder dem Kontakt mit seinem Futter⁹



Vor und nach dem **Zubereiten oder Essen von Speisen**⁹



Vor und nach der **Pflege einer kranken Person** oder der Behandlung einer Wunde⁹



Nach dem Toilettenbesuch oder nach dem Kontakt mit Fäkalien⁹



Nachdem dem **Kontakt mit Abfall**⁹

Wie man sich die Hände wäscht

1. Waschen Sie sich Ihre Hände mit warmem Wasser und Seife¹⁰



2. Waschen Sie alle Seiten, die Fingerspitzen, Fingernägel und die Fingerzwischenräume – Daumen nicht vergessen¹⁰



3. Fahren Sie für ca. 20 bis 30 Sekunden damit fort.¹⁰



4. Spülen Sie Ihre Hände sorgfältig ab¹⁰



5. Trocknen Sie Ihre Hände mit einem Papiertuch sorgfältig ab¹⁰



¹ Centers for Disease Control and Prevention (Zentren für Krankheitskontrolle und -vermeidung)

² Essity

³ SCA Hygiene Matters Bericht 2016

⁴ Kürzlich erschienene Studie zum Thema Händewaschen zeigt deutliche Kluft zwischen „wissen“ und „tun“.

⁵ American Society for Microbiology (Amerikanische Gesellschaft für Mikrobiologie), 2003

⁶ Centers for Disease Control and Prevention (Zentren für Krankheitskontrolle und -vermeidung)

⁷ Projekt zur Vermittlung guter Händehygiene in Kindergärten in der Stadt Shenzhen, China 2016

⁸ Wann und wie sollten Sie sich die Hände waschen? CDC Centers for Disease Control and Prevention.

⁹ Laut der weltweit ersten Schätzung der WHO zum Thema Lebensmittelinfektionen, sind diese für nahezu ein Drittel aller Todesfälle bei Kindern unter fünf Jahren verantwortlich. WHO, 2015

¹⁰ Centers for Disease Control and Prevention (Zentren für Krankheitskontrolle und -vermeidung)

¹⁰ Essity Allgemeine Empfehlung zum Händewaschen