



HA-TS-HOE!?

Handhygiëne toepassen na snuiten en hoesten



Waarom is hoest- en snuithygiëne zo belangrijk?

Hoest- en snuithygiëne is belangrijk om te voorkomen dat bacteriën en virussen niet worden overgedragen van de ene op de andere patiënt en de omgeving.

Wat doet slijm?

Onze luchtwegen zijn uitgerust met een slim zelfreinigend systeem. De luchtwegen zijn van binnen bekleed met een tapijt van minuscule haartjes en een dun laagje slijm. Tijdens de weg die de lucht aflegt blijven bacteriën, virussen en stofdeeltjes aan die bekleding kleven.

Wat gebeurt er als u hoest of niest?

Infecties door bacteriën en virussen irriteren de slijmvliezen. Bij hoesten of niezen maken die kleine bacteriën en virussen hier handig gebruik van, door met de uitgehoeste of uitgenieste druppeltjes mee te liften.

Hoe kunt u veilig hoesten, snuiten en niezen?

Het beste is om te hoesten of niezen in de elleboogplooï of gebruik een papieren zakdoek of tissue. Doe daarna de zakdoek of tissue in de prullenbak. Hierna moet u handen wassen of handen desinfecteren met handen alcohol. Ook bij snuiten is het belangrijk de papieren zakdoek of tissue na gebruik direct weg te gooien en uw handen te wassen of te desinfecteren met handen alcohol.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Stel deze gerust aan uw arts of verpleegkundige. Meer specifieke informatie kunt u krijgen via de afdeling Medische Microbiologie en Infectiepreventie. De verpleegkundige kan voor u een afspraak maken.