



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

INFECTIEPREVENTIE IN DE GEZINSZORG

Basisrichtlijn



INHOUD

1	PERSOONLIJKE HYGIËNE	3
1.1	Basisvereisten handhygiëne	3
1.2	Haar	4
1.3	Hoest-, nies- en snuithygiëne	4
1.4	Werkkledij (schort)	5
1.5	Handhygiëne	6
1.5.1	Handen wassen	6
1.5.2	Handen ontsmetten	7
1.6	Handschoenen	8
1.6.1	Zo trek je handschoenen correct uit	8
1.7	Mondneusmasker	10
1.7.1	Wanneer een mondneusmasker dragen?	10
1.7.2	Hoe op- en afzetten?	10
2	BINNENLUCHTKWALITEIT	12
3	REINIGEN VAN OPPERVLAKKEN/MATERIALEN IN DE THUISSITUATIE	13
4	NALEVING	13
5	VOOR VERDERE INSPIRATIE	13

COLOFON

Verantwoordelijke uitgever

Karine Moykens
Secretaris-generaal
Departement Zorg
Simon Bolivarlaan 17, 1000 Brussel

Samenstelling

Departement Zorg - Afdeling Preventief Gezondheidsbeleid, Afdeling Woonzorg
i.s.m. de sector diensten voor gezinszorg

Productcoördinatie en vormgeving

Afdeling Communicatie en IT – Team Communicatie

Depotnummer

D/2024/3241/157

Uitgave

Mei 2024

Het Departement Zorg bedankt de sector van de diensten voor gezinszorg voor de constructieve samenwerking bij het tot stand brengen van deze basisrichtlijn “Infectiepreventie in de gezinszorg”.

De basisrichtlijn richt zich tot de medewerkers van de diensten voor gezinszorg. Zij passen de hieronder beschreven maatregelen altijd toe in de (vervangende) thuissituatie bij de gebruiker.

In geval van een collectieve context (bv. CDO) leven zij de geldende regels van de collectieve context na. Medewerkers moeten daarbij ook de gebruikers sensibiliseren om voldoende aandacht te hebben voor handhygiëne en een minimale persoonlijke hygiëne.

1 PERSOONLIJKE HYGIËNE

Een goede persoonlijke hygiëne draagt bij tot de algemene hygiëne en infectiepreventie.



Goede hygiëne beschermt de gebruiker, maar ook de medewerker zelf tegen infecties!

1.1 BASISVEREISTEN HANDHYGIËNE

Voor wie persoonsverzorgende handelingen stelt: na te volgen

Voor wie logistieke en ondersteunende taken uitvoert: sterk aanbevolen

- > Nagels zijn kortgeknipt en proper.
- > Draag geen nagellak, kunst- of gelnagels. Ze vormen een bron van besmetting en betekenen dus een gevaar voor zowel de gebruiker als de verzorgende zelf.
- > Verwijder sieraden (bv. halskettingen, lange oorbellen, piercings ...) die hinderlijk zijn voor de hygiëne of die de gebruikers kunnen kwetsen.
- > Draag geen ringen, polshorloges of armbanden. Ze vormen een bron van besmetting en belemmeren de toepassing van een goede handhygiëne.



Wist je dat ...

Juwelen, polshorloges, armbanden ... zijn niet toegestaan omdat ziektekiemen zich hieronder kunnen nestelen.



Checklist

Controleer een aantal zaken vóór en tijdens je werkdag:

- Kortgeknipte en propere nagels
- Geen kunstnagels of nagellak
- Hands wassen voor en na elk bezoek
- Geen juwelen of polshorloges
- Afgedekte wondjes

1.2 HAAR

- > Het haar is verzorgd.
- > Steek lang haar op of bind het bijeen.
- > Baarden en snorren zijn goed verzorgd.

1.3 HOEST-, NIES- EN SNUITHYGIËNE

- > Hoest of nies altijd met een afgewend gezicht.
- > Bedek bij het hoesten of niezen de mond of de neus met een **papieren** wegwerpzakdoek.
- > Gooi de gebruikte wegwerpzakdoek altijd onmiddellijk weg in een vuilnisbak.
- > Als er geen papieren wegwerpzakdoek voorhanden is, hoest of nies je in de elleboogplooï.
- > Na het hoesten, niezen of snuiten, was je de handen met water en vloeibare zeep.



Wist je dat ...

Gebruikte zakdoeken in de broekzak of elders in de kleding kunnen een besmettingsbron zijn. Bij elke aanraking kunnen ze de handen besmetten.

1.4 WERKKLEDIJ (SCHORT)

- > Werkkledij wordt ter beschikking gesteld door de werkgever/opleidingsorganisatie.
- > Bij persoonsverzorging draag je een propere schort waarbij minimaal de voorarmen vrij zijn.
- > Werkkledij wordt op regelmatige basis en zeker bij bevuiling gewassen.

VERMIJD volgende handelingen en gewoonten (niet limitatief)

- Niezen of hoesten op levensmiddelen, of in de richting van de gebruiker
- Blazen op bereidingen om ze af te koelen
- Proeven met de vinger of meermaals proeven met dezelfde lepel
- Afvegen van neusdruppels, zweetdruppels met de vinger/de hand
- Afvegen van handen aan de schort
- Prutsen aan wonden, krabben aan neus, gezicht, haar
- Bijten aan nagels



1.5 HANDHYGIËNE



Een goede handhygiëne is de basis van alles!

Handhygiëne is uitermate belangrijk.

Handhygiëne bestaat uit **handen wassen** en indien nodig **handen ontsmetten**.

1.5.1 Handen wassen

Wanneer?

- > Bij aanvang en op het einde van elk bezoek aan een gebruiker
- > Na gebruik van het toilet
- > Na hoesten, niezen, snuiten
- > Voor en na aanraken en bereiden van voedsel
- > Na aanraken van vuile voorwerpen (bv. vuilnis buiten zetten, vuile emmer, vuile was ...)
- > Voor en na persoonsverzorging
- > Bij (zichtbaar) vuile handen
- > Na uittrekken van handschoenen
- > Na een accidenteel contact met bloed, lichaamsvochten of slijmvliezen (daarna ook ontsmetten)

Hoe?

Was je handen regelmatig en grondig (40 à 60 sec.) met water en vloeibare zeep.



Instructiefilmpje

[Hoe correct handen wassen met vloeibare zeep?](#)

Waarmee?

- > Stromend water (vermijd extreme temperaturen)
- > Vloeibare, neutrale zeep
- > Papieren handdoek (of huishoudrol)

1.5.2 Handen ontsmetten

Soms is het aangewezen de handen **na het wassen** ook te ontsmetten.

Wanneer?

Na een accidenteel contact met bloed, lichaamsvochten of slijmvliezen.

Norm?

Handalcoholgel moet voldoen aan de EN1500 norm.



- 1 - Neem een voldoende ruime hoeveelheid handalcohol.
- 2 - Wrijf de handpalmen tegen elkaar.
- 3 - Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.
- 4 - Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.
- 5 - Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.
- 6 - Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.
- 7 - Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in in de palm van de andere hand.

1.6 HANDSCHOENEN

In sommige gevallen draag je **wegwerphandschoenen**.

Hierbij gaat het **NIET** om huishoudhandschoenen. Die dienen immers om bijvoorbeeld te poetsen en de eigen handen te beschermen bij aanraking met schoonmaakproducten.

Het gebruik van huishoudhandschoenen staat los van infectiepreventie.



Wegwerphandschoenen kunnen nooit de basishandhygiëne vervangen!

Waarom?

Vermijden van overdracht van virussen en bacteriën.

Wanneer?

Bij mogelijk contact met lichaamsvloeistoffen, bloed of slijmvliezen (ook bij contact met hiermee bevulde voorwerpen), of volgens noodzaak binnen de zorgcontext.

1.6.1 Zo trek je handschoenen correct uit



- 1 - Neem de buitenkant van de handschoen bij de pols vast zonder daarbij de huid te raken.
- 2 - Trek de handschoen binnenstebuiten uit.
- 3 - Vouw de handschoen tot een bal op en hou deze in de andere (gehandschoende) hand vast.
- 4 - Schuif de wijsvinger onder de rand van de aanwezige handschoen (binnenzijde).
- 5 - Wikkel af vanuit de binnenzijde.
- 6 - Maak van de handschoen een 'zak' voor beide handschoenen.
- 7 - Werp de handschoenen in de vuilnisemmer.
- 8 - Was je handen.



Niet vergeten!

- > Wegwerphandschoenen gooi je weg na ieder gebruik.
- > Trek de handschoenen op de correcte manier uit. Zie pagina 8.
- > Na het uittrekken van handschoenen, was je je handen.
- > Is er toch accidenteel contact met lichaamsvochten, bloed of slijmvliesen (bv. door een scheur in de handschoen), ontsmet dan je handen na het wassen. Zie pagina 7.

1.7 MONDNEUSMASKER

1.7.1 Wanneer een mondneusmasker dragen?

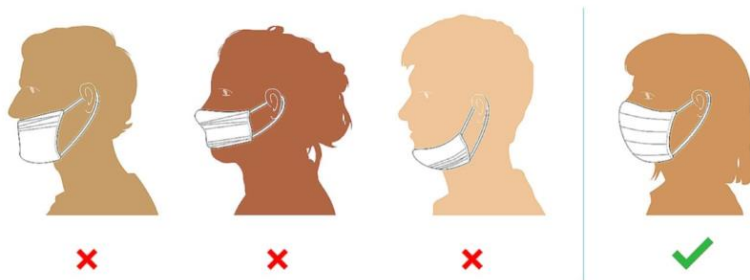
- > Bij symptomen van luchtweginfecties, zoals een verkoudheid, is het dragen van een mondmasker sterk aanbevolen.
- > Volgens noodzaak binnen de zorgcontext.

1.7.2 Hoe op- en afzetten?

Gebruik een **chirurgisch mondneusmasker**.

AANTREKKEN

- Was je handen.
- Plaats het masker op je gezicht met de harde rand naar boven gericht. Maak het masker vast achter de oren (elastieken).
- Plooi de neusklem over de neusbrug.
- Trek de onderkant van het masker over de kin.
- Het mondneusmasker moet je neus, mond en kin bedekken en moet goed aansluiten aan de zijkant.
- Raak het masker, wanneer het correct is aangebracht, niet meer aan met je handen.



UITTREKKEN

- Trek het masker uit via de elastieken.
- Raak de voorkant en binnenkant niet aan.
- Was nadien je handen.

VERVANG het mondneusmasker

- > Als het zichtbaar bevuild is
- > Als het vochtig is (als het masker vochtig is, neemt de filterende werking af)
- > Als het beschadigd is
- > Na het dragen in een besmette omgeving
- > Na elk bezoek aan een gebruiker



GOOI het mondneusmasker NA GEBRUIK in de VUILNISBAK.

Pas HANDHYGIËNE toe.

Wat als het mondneusmasker te groot is?

> **Kruis de elastieken niet!**

Er zal zich aan de zijkant een opening vormen waardoor je vrij de omgevingslucht kan in- en uitademen zonder dat de lucht gefilterd wordt.

> **Maak een knoopje in de elastiekjes. Daardoor zal het masker beter op zijn plaats blijven en goed aansluiten.**



Zorg dat het knoopje zich niet aan de achterkant van het oor bevindt. Dat kan hinderlijk zijn bij het dragen.

2 BINNENLUCHTKWALITEIT

Slechte binnenluchtkwaliteit is een veel voorkomende en onzichtbare bron van gezondheidsproblemen. Zonder verse lucht in de ruimtes krijgen ziektekiemen vrij spel en besmetten mensen elkaar razendsnel. Daarnaast maakt vervuilde binnenlucht ruimtes muf en veroorzaakt het vermoeidheid, geurhinder, oogirritaties, ademhalingsproblemen en hoofdpijn. Goed verluchten (en ventileren indien mogelijk) is dus de boodschap.

Door goed te verluchten, en indien mogelijk te ventileren, vermijd je de opstapeling van CO₂, vocht en schadelijke stoffen die tot gezondheidsklachten kunnen leiden en verminder je het risico op verspreiding van ziektekiemen.

Verluchten is kortstondig een grote hoeveelheid verse lucht binnenbrengen door één of meerdere ramen of buitendeuren wijd open te zetten.

Verluchten is de boodschap

- > Verlucht op regelmatige basis terwijl je bij de gebruiker thuis aan het werk bent.
- > Stimuleer de gebruiker om zelf meerdere keren per dag te verluchten.
- > Verlucht zeker bij activiteiten waarbij vocht of schadelijke stoffen vrijkomen:
 - tijdens en na het koken zonder goede dampkap
 - na het douchen of baden
 - bij het drogen van de was in huis
 - bij het poetsen.



Meer informatie en tips vind je in de [brochure 'Ventileren en verluchten. Woon gezond, geef lucht aan je huis!'](#).

3 REINIGEN VAN OPPERVlakKEN/MATERIALEN IN DE THUISSITUATIE

Reinigen of schoonmaken is het mechanisch verwijderen van zichtbaar en onzichtbaar vuil.

Door te reinigen verwijder je vuil en voorkom je dat micro-organismen zich kunnen vasthechten, vermenigvuldigen of verspreiden op voorwerpen en oppervlakken. Meestal volstaat het om regelmatig schoon te maken.

4 NALEVING

Als een medewerker vaststelt dat deze richtlijn niet wordt nageleefd, moet zij/hij daarover in overleg gaan.

De diensten maken afspraken over het materiaalbeheer en voorzien in een plan van aanpak om in geval van een dringende vraag of crisissituatie over het nodige materiaal in voldoende hoeveelheid te beschikken.

De diensten laten de hygiëne-gerelateerde thema's regelmatig aan bod komen

- > tijdens het onthaal van nieuwe medewerkers (introductietraject)
- > tijdens vormingen voor de medewerkers
- > in e-learning
- > via interne communicatie naar de medewerkers
- > ...

Bij bepaalde infectieziekten worden de afspraken en richtlijnen actief en gericht opnieuw onder de aandacht van de medewerkers gebracht. De diensten doen daarbij een beroep op advies en ondersteuning vanuit interne en externe preventiediensten.

De koepel Zorggezind en de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten (VVSG) plaatsen de 'Basisrichtlijn infectiepreventie in de gezinszorg' en goede voorbeelden van de toepassing door de diensten op hun website (respectievelijk [Portaal.Zorggezind.be/Infectiepreventie in de gezinszorg](https://Portaal.Zorggezind.be/Infectiepreventie%20in%20de%20gezinszorg) en www.vvsg.be).

5 VOOR VERDERE INSPIRATIE

- > [Infectiepreventie in de gezinszorg \(website Departement Zorg\)](#)
- > [Website Infectieziekten en vaccinaties](#)