**Station 2**

**Casus: Handhygiëne op BPV (Beroepspraktijkvorming)**

**Leerling 2 Uitvoeren**

**Situatie:**  
Je werkt op je BPV-plek in een zorginstelling, bijvoorbeeld een ziekenhuis, verpleeghuis of zorgcentrum. Je hebt net een patiënt geholpen met het wassen en aankleden. Na het verzorgen van de patiënt, moet je je handen goed wassen om te zorgen dat je geen ziektekiemen verspreidt naar andere patiënten, jezelf of je collega’s.

**Leerling 2 Observeren**

**Wat moet je doen?**

1. **Was je handen voor je begint!**  
   Voordat je aan het werk gaat, was je je handen goed. Dit is belangrijk om te voorkomen dat je ziektekiemen meeneemt van thuis of van andere plekken in de zorginstelling. Zorg ervoor dat je je handen goed insmeert met zeep en minstens 20 seconden wast, vooral tussen je vingers en onder je nagels.
2. **Was je handen na het contact met de patiënt!**  
   Nadat je de patiënt hebt geholpen, was je je handen weer. Dit voorkomt dat je bacteriën of andere ziektekiemen van de patiënt meeneemt naar andere ruimtes of patiënten. Je wast je handen direct na het aanraken van de patiënt, hun spullen of hun omgeving.
3. **Gebruik handalcohol als je geen water hebt!**  
   Als je geen zeep en water bij de hand hebt, gebruik dan **handalcohol**. Dit is een snelle manier om je handen te desinfecteren. Zorg ervoor dat je je handen goed inwrijft met de alcohol, zodat je hele handen schoon worden.
4. **Let op je nagels en sieraden!**  
   Houd je nagels kort en schoon, zodat er geen vuil of bacteriën in kunnen blijven hangen. Draag geen ringen, armbanden of andere sieraden tijdens het werk, omdat deze moeilijk schoon te maken zijn en bacteriën kunnen vasthouden.
5. **Was je handen na het aanraken van andere voorwerpen!**  
   Was ook je handen na het aanraken van dingen zoals je smartphone, een deurklink, of medische hulpmiddelen. Zo voorkom je dat je ziek wordt of anderen besmet.

**Waarom is handhygiëne zo belangrijk?**

* **Voorkomen van ziekte:** Handhygiëne voorkomt dat ziektekiemen zich verspreiden van de ene persoon naar de andere. Dit is belangrijk in de zorg, waar je vaak met zieke mensen werkt.
* **Bescherming van jezelf en anderen:** Door je handen goed te wassen, bescherm je jezelf tegen ziektes en voorkom je dat je anderen besmet.
* **Veilig werken:** Handhygiëne is een van de belangrijkste dingen die je kunt doen om veilig te werken in de zorg.

**Samenvatting:**  
Als je werkt in de zorg, is het superbelangrijk om je handen altijd goed te wassen. Doe dit voor en na het helpen van patiënten, na het aanraken van voorwerpen, en wanneer je je handen vies maakt. Dit helpt om ziektes te voorkomen en maakt je werk veiliger voor iedereen.