

# Richtig Hände waschen geht ganz leicht!

Quellen: [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) & [www.who.int](http://www.who.int)



## Ärmel hoch krepeln und Wasser an

Hände und Handgelenke müssen richtig nass werden. Die Hände sollten am besten oft und ordentlich gewaschen werden.



## Richtig Hände waschen

1. Die nassen Hände und Handgelenke richtig schön einseifen.
2. Alles sehr gründlich einschäumen. Dazu gehören neben den Handgelenken auch die Fingerspitzen und der Raum zwischen den Fingern. Das dauert 20-30 Sekunden oder 2 mal "Happy Birthday" singen.
3. Gründlich abspülen, bis die ganze Seife weg ist.
4. Hände abtrocknen. Am besten mit einem Einmaltuch.



## Desinfektion:

1. Hände desinfizieren geht so ähnlich wie Hände waschen. Alles gründlich einreiben, bis sich die Hände trocken anfühlen.
2. Hände desinfizieren ist kein Ersatz fürs Hände waschen.
3. Nach dem Toilettengang lieber Hände gründlich waschen als desinfizieren.
4. Wenn die Hände sichtbar dreckig sind, lieber ordentlich mit Seife waschen.
5. Wenn man Flächen desinfiziert, am besten mit einem Einmaltuch.
6. Wichtige Flächen zur Desinfektion sind Türklinken, Lichtschalter, Wasserhähne und Toilettenspülungen.

