

**PREVENTIEFICHE
NIES- EN HOESTHYGIËNE**

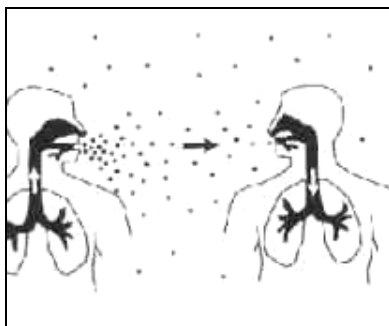
Preventiefiche bestemd voor	Directie, begeleiders, basiswerkers		
Op CPBW	15/10/2009	Kenmerk	IDPB_PF_026
Geldig vanaf	01/10/2009	Laatste versie	01/06/2017

Een goede nies- en hoesthygiëne is net als een doorgedreven handhygiëne een belangrijk onderdeel van de standaardpreventie.

Dit wil zeggen dat je een goede nies- en hoesthygiëne altijd toepast in elke zorg- en dienstverlening.

Waarom?

Een belangrijk risico in de thuiszorg is het contact met KIEMEN (bacteriën, virussen, schimmels, parasieten). Handen zijn de belangrijkste overdrachtsweg van kiemen, maar in bepaalde gevallen kunnen we ook via kiemen in de lucht besmet geraken. We denken hier aan de griepvirussen en de tuberkelbacil.



Het is bijgevolg belangrijk om de verspreiding van kiemen in de lucht te voorkomen/beperken door een goede nies- en hoesthygiëne toe te passen en te laten toepassen. Zo bescherm je jezelf en je cliënten/klanten.

Wat?

Een goede nies- en hoesthygiëne (*zie ook ommezijde*) betekent dat

- de mond en neus bedekt worden met een papieren zakdoek tijdens het niezen en hoesten;
 - hiervoor bij voorkeur een papieren zakdoek gebruikt wordt;
 - de papieren zakdoek na eenmalig gebruik onmiddellijk wordt weggegooid in de vuilnisbak of plasticzak in de onmiddellijke omgeving;
 - de handen regelmatig worden gewassen met water en zeep;
- ☞ *zie ook de preventiefiche idpb-pf-001-handhygiëne voor een correcte handhygiëne.*

Extra preventietips!

Kom je bij een hoestende of niezende cliënt of klant dan vermijd je mogelijks contact met uitgedemde viruspartikels door:

- de cliënt/klant te wijzen op een goede nies- en hoesthygiëne;
- afstand te houden en enkel dicht bij de cliënt/klant te komen indien dit echt noodzakelijk is.
- niet in de hoest- of niesrichting te staan indien nauw contact toch nodig is. Voor bepaalde zorgen kan je zijdelings van of achter de cliënt/klant te staan;
- een goede en regelmatige verluchting van de leefruimte waardoor de kiemen 'verwaaien'.

Nies- en hoesthygiëne

Voorkom griep en andere infecties!

1



Hou een papieren zakdoek voor de mond bij hoesten en niezen.

2



Gooi de zakdoek onmiddellijk in de vuilnisbak.

3



Was handen met water en zeep.

4



Bewaar voldoende afstand (1 à 1,5 meter) met andere personen.

Tips!

- ✓ Raak mond, ogen en neus niet met de handen aan.
- ✓ Was de handen regelmatig met water en zeep.
- ✓ Gebruik bij het handen wassen steeds papieren doekjes en geen gemeenschappelijke sponshanddoek.