



HYGIËNERICHTLIJNEN VOOR CONSULTATIE- BUREAUS

4/12/2023



Opgroeien

Kind & Gezin

INLEIDING	3
Vijf hygiënerichtlijnen	3
Hoe ziektekiemen zich verspreiden	3
ADVIES 1: HANDHYGIËNE: WASSEN EN ONTSMETTEN	4
BASIS voor een goede handhygiëne	4
Hoe was je de handen?	4
Wanneer was je de handen?	5
Hoe ontsmet je de handen?	5
Wanneer ontsmet je de handen?	6
Wat met hoesten en niezen?	6
ADVIES 2: VACCINATIE VAN DE MEDEWERKER VAN HET CB	7
Vaccineren is belangrijk	7
De aanbevolen vaccins voor medewerkers	7
ADVIES 3: SCHOONMAKEN/REINIGEN	8
Wanneer?	8
Wat is belangrijk?	8
Waarmee maak je schoon?	8
ADVIES 4: ONTSMETTEN VAN OPPERVLAKTEN	10
Wanneer?	10
Hoe?	10
ADVIES 5: VOORTDUREND VENTILEREN EN REGELMATIG VERLUCHTEN	11

INLEIDING

Vijf hygiënerichtlijnen

In deze brochure vind je **vijf hygiënerichtlijnen om de verspreiding van ziektes op het consultatiebureau (CB) zoveel mogelijk te voorkomen.**

Het CB is een preventieve setting waar zorgprofessionals ook medische handelingen uitvoeren.

Verpleegkundigen en artsen hebben direct contact met kinderen (bv. bij het vaccineren). Daarom verwachten we een **strikte opvolging van deze adviezen**. Ook al heb je als vrijwilliger minder direct contact met de kinderen, toch is het volgen van deze hygiënerichtlijnen ook van belang om jezelf en anderen te beschermen.

Zieke personen horen niet thuis op het CB: dus ook medewerkers of vrijwilligers die zich ziek voelen, blijven thuis.

Hoe ziektekiemen zich verspreiden

Infectieziekten worden veroorzaakt door verschillende soorten **bacteriën, virussen, parasieten of schimmels**. Ziektekiemen kunnen zich verspreiden via:

- de **lucht**: o.a. druppels door hoesten of niezen;
- de **handen**;
- **voorwerpen en oppervlakken**;
- **lichaamsvloeistoffen**: bloed, urine, speeksel, braaksel, stoelgang;
- **voedsel en water**;
- **huisdieren en insecten**.

De vijf hygiënerichtlijnen helpen jou om de verspreiding van ziektekiemen te voorkomen.

ADVIES 1: HANDHYGIËNE: WASSEN EN ONTSMETTEN

Ziektekiemen worden via de handen doorgegeven, pas dus strikte handhygiëne toe.

BASIS voor een goede handhygiëne

- Hou de nagels kort en proper. Gebruik geen nagellak en kunstnagels.
- Draag geen ringen, armbanden of horloges.
- Zorg dat je mouweinden niet te lang zijn: je pols en onderarm dienen vrij te zijn.
- Dek wondjes aan handen en polsen af met een waterafstotende pleister.
- Droog handen af met papieren wegwerphanddoekjes.
- Draag (niet-steriele) wegwerphandschoenen bij contact met lichaamsvochten (zoals stoelgang, urine of bloed).

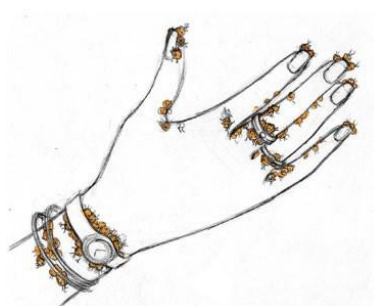
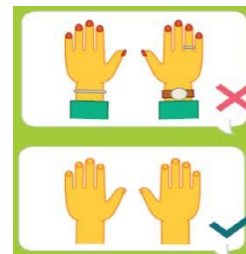


Fig: juwelen en lange nagels verhinderen het grondig wassen van de handen en bevorderen de vermenigvuldiging van microben eronder.

Van een **vrijwilliger** wordt ook verwacht om geen juwelen te dragen. Bovendien raden we nagellak en gelnagels af. Aangezien een vrijwilliger geen medische handelingen uitvoert, moeten deze niet verwijderd worden.

Hoe was je de handen?

- Was je handen met water en (vloeibare neutrale) zeep gedurende 40-60 seconden.

Stap 1: Bevochtig je handen met water + neem voldoende zeep.

Stap 2: Wrijf je handpalmen tegen elkaar.

Stap 3: Wrijf je handpalm over je handrug (links én rechts).

Stap 4: Wrijf je handpalmen tegen elkaar met gekruiste vingers.

Stap 5: Wrijf de achterkant van je vingers tegen de andere handpalm.

Stap 6: Wrijf de duim van elke hand in met de handpalm van de andere hand.

Stap 7: Wrijf de vingertoppen van elke hand in de palm van de andere hand.

Stap 8: Verwijder alle zeepresten.

Stap 9: Dep je handen droog met een wegwerpdoekje.

Stap 10: Sluit de kraan met het wegwerpdoekje.

- Je kan deze [affiche](#) ophangen:
- Bekijk dit [filmpje](#) met meer uitgebreide stappen.

Wanneer was je de handen?

- Bij de start en het einde van een zitting;
- Tussen elk kind was je je handen met water en zeep of gebruik je handalcohol (zie handen ontsmetten).

Was je handen ook:

- Bij zichtbaar vuile handen;
- Na elk toiletbezoek;
- Na contact met lichaamsvocht zoals speeksel, urine, secreties, braaksel, ontlasting, wondvocht of bloed. In deze gevallen moet je ook bijkomend de handen ontsmetten;
- Na hoesten, niezen of het snuiten van de neus en na gebruik van een zakdoek;
- Na contact met vuil textiel, afval of de vuilbak;
- Na het schoonmaken.

Hoe ontsmet je de handen?

- Gebruik handalcohol 70%;
- Respecteer de inwerkingstijd van 30 seconden. Anders is de werking niet effectief.

Stap 1: Neem een handvol handalcohol.

Stap 2: Wrijf je handpalmen tegen elkaar.

Stap 3: Wrijf je handpalm over je handrug (links én rechts).

Stap 4: Wrijf je handpalmen tegen elkaar met gekruiste vingers.

Stap 5: Wrijf de achterkant van je vingers tegen de andere handpalm.

Stap 6: Wrijf de duim van elke hand in met de handpalm van de andere hand.

Stap 7: Wrijf de vingertoppen van elke hand in de palm van de andere hand.

- Je kan deze [affiche](#) ophangen:
- Bekijk dit [filmpje](#) met meer uitgebreide stappen.



Hou handalcohol zeker uit de buurt van kinderen. Ze kunnen oogletsels en vergiftiging veroorzaken.

Wanneer ontsmet je de handen?

- Voor het klaarmaken en toedienen van een vaccin;
- Tussen elk kind kan je handalcohol gebruiken indien:
 - er geen stromend water is;
 - je geen tijd hebt om de handen te wassen;
 - de handen niet zichtbaar vuil zijn;
- Na contact met lichaamsvocht zoals speeksel, urine, secreties, braaksel, ontlasting, wondvocht of bloed (belangrijk: eerst handen wassen bij zichtbaar vuil).



Handen wassen én ontsmetten op één [affiche](#):

Wat met hoesten en niezen?

Met een goede hoest- en nieshygiëne verminder je de verspreiding van ziekteverwekkers via de lucht.

- Hoest of nies in een papieren zakdoek of aan de binnenkant van de elleboog.
- Snuit je neus bij voorkeur in een papieren zakdoek. Gooi papieren zakdoeken na gebruik meteen weg.
- Was daarna je handen.

ADVIES 2: VACCINATIE VAN DE MEDEWERKER VAN HET CB

Vaccineren is belangrijk

- De medewerker is zelf beschermd.
- Vaccinatie van medewerkers geeft ook bescherming aan de kinderen. Volwassenen kunnen jonge kinderen besmetten, ook als ze zelf niet ziek zijn. Sommige infecties waartegen je je kan vaccineren, kunnen bij jonge kinderen een erg gevaarlijke ziekte veroorzaken met blijvende gevolgen.

De aanbevolen vaccins voor medewerkers

- Hepatitis A: dit is geadviseerd bij zorgcontacten met kinderen onder de zes jaar;
- Hepatitis B: dit is verplicht voor alle werknemers in de zorg, die medische onderzoeken uitvoeren of geneeskundige handelingen verstrekken zoals vaccineren;
- Kinkhoest: de vaccinatie tegen kinkhoest is opgenomen in het basisvaccinatieschema, maar de immuniteit neemt af vanaf 5 à 10 jaar na de laatste inenting. Het is dus aanbevolen dat volwassenen een herhalingsprik krijgen. Dit vaccin is verkrijgbaar in combinatie met tetanus en difterie;
- Mazelen: ben je geboren na 1985, dan is de kans groot dat je 2 vaccinaties hebt gehad. Ben je geboren voor 1970 dan is de kans groot dat je als kind mazelen hebt doorgemaakt, en is dit voldoende. Indien je geboren bent tussen 1970 en 1985, ben je wellicht niet tweemaal gevaccineerd. Indien je de ziekte niet hebt doorgemaakt, is het nodig je te laten inenten. Je neemt hiervoor best contact op met je huisarts;
- Seizoensgriep;
- Coronavirus.

Op basis van een risicoanalyse wordt door de arbeidsgeneesheer bepaald welke vaccinaties en testen aanbevolen of verplicht zijn. Met vragen kan je bij jouw arbeidsgeneesheer of preventiedienst terecht.

ADVIES 3: SCHOONMAKEN/REINIGEN

Wanneer?

Het onderstaande schema is een leidraad om alles op elk moment hygiënisch schoon te houden. Het schema houdt rekening met de hygiëneaanbevelingen van Zorg en Gezondheid.

De frequenties zijn richtinggevend en aan te passen aan de situatie en mogelijkheden. Maak lokaal afspraken met de organisator over het onderhoud van de infrastructuur, bijvoorbeeld als jouw lokalen ook door andere partners worden gebruikt.

De organisator is verantwoordelijk voor de netheid van alle gebruikte lokalen. Wie er concreet poetst, kan variëren.

Wat is belangrijk?

- Wat zichtbaar vuil is, maak je dadelijk proper.
- Materialen die in direct contact komen met het kind, reinig je tussen ieder kind: bv. verzorgingskussen, meetbak, weegschaal en zaken die je veel aanraakt.
- Wat frequent gebruikt wordt, maak je frequent proper: bv. klinken, high touch oppervlakken.
- Werk van hoog naar laag (bv. eerst de meubels, daarna de vloer).
- Begin met de minst vuile oppervlakken en eindig met de meest bevulde.
- Geef de voorkeur aan makkelijk afwasbare materialen, zoals plastic speelmatten.

Waarmee maak je schoon?

- Met water en een allesreiniger.
- Tip: maak gebruik van een plantenspuit. Vergeet er geen label op te kleven met daarop de samenstelling van de inhoud.
- Tip: gebruik geen stofzuiger in aanwezigheid van kinderen. Een stofzuiger blaast viruspartikels in het rond. Als je hem toch gebruikt na het einde van de zitting, verlucht dan goed de ruimte.
- Gebruik meerdere schoonmaakdoeken, bv. een doek voor de toiletten, een doek voor de verzorgingstafel ...
- Was schoonmaakdoeken, dweilen en moppen dagelijks na gebruik. Kies een wasprogramma op 60°C.



Gebruik geen bijtende ontsmettings- en reinigingsmiddelen en zorg dat deze niet aanwezig zijn op het consultatiebureau.

Schoon te maken door de organisator of de vrijwilliger

Tussen elk kind	Na elke zitting	Regelmatig*	Af en toe
Algemeen			
<ul style="list-style-type: none"> - Verzorgingskussen <ul style="list-style-type: none"> o er mogen papieren onderleggers gebruikt worden (bij elk kind een nieuwe onderlegger). Als ze worden gebruikt, reinig dan de kussens na de zitting. - Plaspotje (na gebruik) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gedeelde oppervlakken met anderen (deurklinken ...) - Gedeelde afwasbare oppervlakken (speelmatten, tafels, bureau ...) - Handenwasbak en kraan - Vaatdoeken 	<ul style="list-style-type: none"> - Deuren - Vensterbanken - Vuilbakken (deksel, binnen- en buitenkant) - Vloeren - Koelkast (binnen- en buitenkant, deurgreep) - Lichtschakelaars - Leuning van de stoelen - Hekjes - Handvaten 	<ul style="list-style-type: none"> - Grote schoonmaak: <ul style="list-style-type: none"> o stofdraden plafond verwijderen o vlekken en stofdraden muren verwijderen o plinten o binnenkant kasten o buitenkant kasten o open kasten o ramen en raamdecoratie o radiatoren - Airco (volg instructies producent)
Wachtruimte (speelhoek, aan- en uitkleden, meten en wegen)			
<ul style="list-style-type: none"> - Weegschaal - Meetlat/meetbak - Speelgoed indien in de mond 		<ul style="list-style-type: none"> - Speelgoed niet in de mond 	
Toiletruimte			
	<ul style="list-style-type: none"> - Vuilbak leegmaken 	<ul style="list-style-type: none"> - Toiletten, toiletbril, doorspoelknop, vloeren - Handenwasbak en kranen 	

Schoon te maken door de arts of de verpleegkundige

Tussen elk kind	Na elke zitting	Regelmatig*	Af en toe
Consultatieruimte arts/verpleegkundige			
<ul style="list-style-type: none"> - Onderzoekskussen <ul style="list-style-type: none"> o er mogen papieren onderleggers gebruikt worden. Als ze worden gebruikt, reinig dan de kussens na de zitting. - Lintmeter indien in de mond - Van Wiechen-materiaal indien in de mond - Onderzoeksmateriaal zoals stethoscoop, otoscoop: enkel na gebruik 	<ul style="list-style-type: none"> - Van Wiechen-materiaal indien niet in mond - Lintmeter indien niet in mond - Notebook arts 		<ul style="list-style-type: none"> - Oogscreeener, gehoorscreeener (bv. met een licht vochtige doek of alcoholswap)

* Regelmatig: de frequentie hangt af van het aantal zittingen. Bijvoorbeeld het reinigen van de vloeren: we verwachten dat de vloeren regelmatig worden gereinigd met een minimum van 1x per week en meerdere keren per week bij veel zittingen. Ook als de vloer vuil is na een zitting (bv. bij regenweer, morsen ...) wordt best direct gereinigd. Belangrijk: dit is de verantwoordelijkheid van de organisator, maar kan in onderlinge afspraak verschillen.

Poetsen en onderhoud van de koelkast

- In kader van kwaliteitsvol vaccinbeheer is de verpleegkundige aanwezig tijdens het reinigen van de koelkast. Maak hierover afspraken op het lokaal consultatiebureau.
- Poets de koelkast bij bevulling onmiddellijk.
- Poets de handgreep van de koelkast wekelijks.
- Poets de buiten- en binnenkant (verschillende compartimenten) van de koelkast periodiek, om de 6 maanden tot 1 jaar.
- In geval van ijsvorming aan de achterwand, moet de koelkast zeker gepoetst worden en moet een techniker langskomen (zie brochure 'Aanbevelingen vaccinbeheer').
- Zet de koelkast even uit om te poetsen (stekker uit stopcontact). De vaccins worden tijdelijk bewaard in de koelbox door de verpleegkundige. Zorg ervoor dat dit niet lang duurt. Zo kan de koelkast zo snel mogelijk terug aangezet worden, kan de temperatuur door de verpleegkundige bekeken worden en kunnen de vaccins er zo snel mogelijk terug in gelegd worden.
- Reinig de binnenruimte, draagroosters en buitenwanden met lauwwarm water en reinigingsmiddelen op basis van ethylalcohol of huishoudreinigingsmiddelen op waterbasis.
- Let erop dat er geen water in de elektrische delen of het ventilatierooster dringt.
- Maak de warmtewisselaar (het metalen rooster aan de achterkant van de koelkast) stofvrij.
- Beschadig bij het reinigen het typeplaatje aan de binnenkant van de koelkast niet, dit is belangrijk voor de techniker.

ADVIES 4: ONTSMETTEN VAN OPPERVLAKKEN

Wanneer?

Als iets bevuild is door braaksel, stoelgang, urine of bloed. Eerst reinigen en dan ontsmetten.

Hoe?

Stap 1: Verwijder het vuil met wegwerphandschoenen en een wegwerpdoek.

Stap 2: Maak schoon met water en een allesreiniger, spoel en laat drogen.

Stap 3: Ontsmet:

Klein oppervlak (bv. verzorgingskussen): met alcohol 70%.

Groot oppervlak (bv. vloer): met chloorwater 1000 ppm.

Gebruik je chloor?

Hou kinderen uit de buurt.

Verlucht de kamer.

Bescherm je kleding, ogen en handen.

Stap 4: Laat drogen aan de lucht.

Stap 5: Was je handen grondig, ook na gebruik van handschoenen.

ADVIES 5: VOORTDUREND VENTILEREN EN REGELMATIG VERLUCHTEN

Op het consultatiebureau moet er voldoende ventilatie en verluchting zijn. Hierdoor blijft de lucht schoon waardoor er minder stofdeeltjes, schadelijke stoffen en ziektekiemen in de ruimtes zijn.

- **Ventileren** is het voortdurend ververset van lucht via een ventilatiesysteem, roosters of een raam op kiep of kier.
- **Verluchten** doe je door een raam of buitendeur kort wijd open te zetten.

Tip: Verlucht de verschillende ruimten voor en na elke zitting.



Lees meer

Deze info werd opgemaakt voor de preventie van Covid-19. Omdat ventilatie andere infecties helpt voorkomen, kan je deze info ook hiervoor gebruiken.

- [Hoe weet je of er voldoende verse lucht is?](#)
- [Hoe kan een CO₂-meter hierbij correct helpen?](#)

Algemeen is het belangrijk om de CO₂-concentratie in een ruimte op elk moment zo laag mogelijk te houden, minstens lager dan 900 ppm. Dit in combinatie met systematische verluchting van de ruimte.

- [Meer info over ventileren en verluchten via website Vlaams Instituut Gezond Leven](#)

Hulp nodig?

Met vragen kan je bij je organisator en preventiedienst terecht.

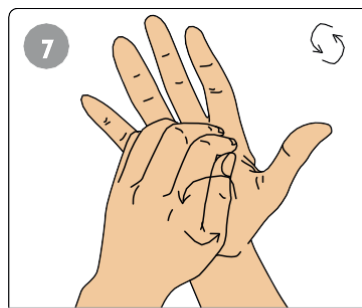
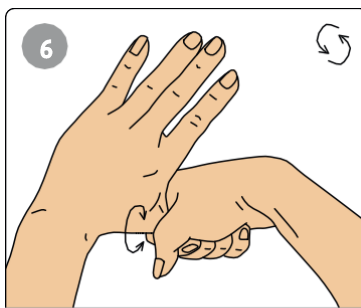
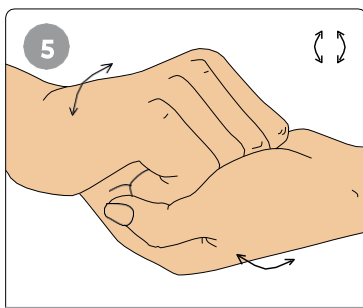
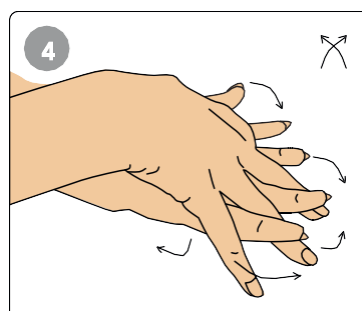
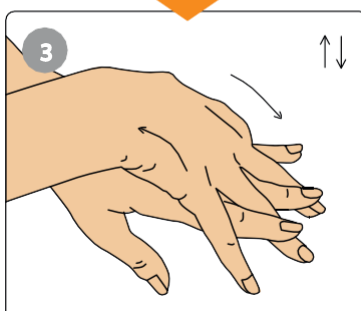
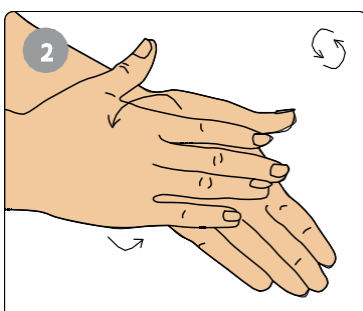
De medisch milieukundige bij [het lokaal gezondheidsoverleg \(logo\)](#) kan de organisator ondersteunen met:

- info, advies en opleiding;
- uitlenen van CO₂-meters en ondersteuning bij het gebruik ervan.

De medisch milieukundige geeft geen bouwtechnische ondersteuning.

In 7 stappen naar een goede handhygiëne

Ontsmetten met handalcohol



20 à 30 sec

In 10 stappen naar een goede handhygiëne

Ontsmetten met handalcohol

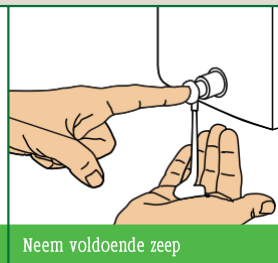


Neem een handvol handalcohol

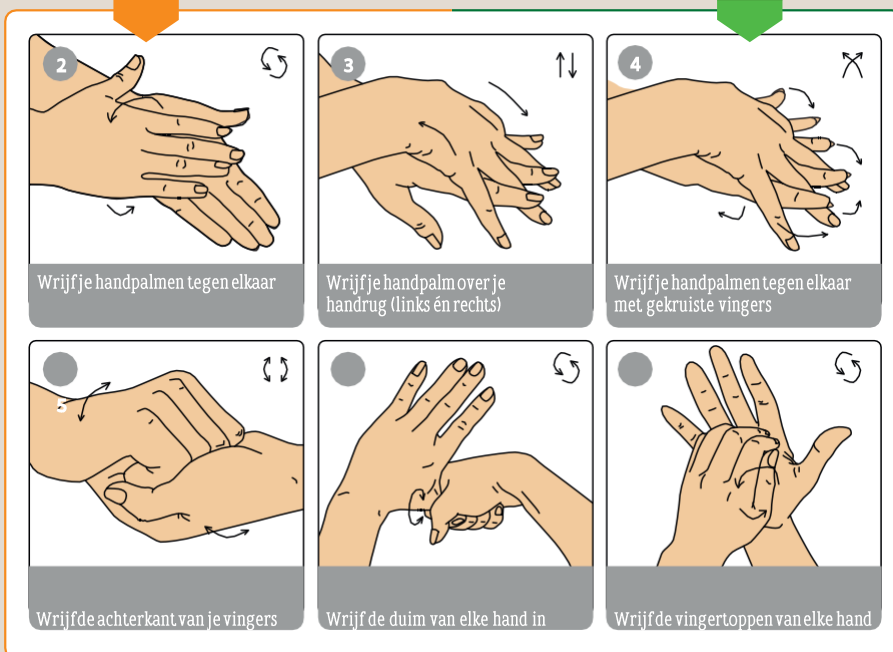
Reinigen met water en zeep



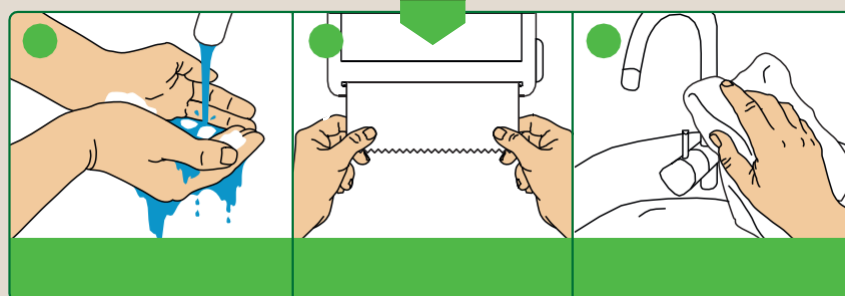
Bevochtig je handen met water



Neem voldoende zeep



20 à 30 sec



Verwijder alle zeepresten

Droog je handen droog met een wegwerpdoekje

Sluit de kraan met het wegwerpdoekje



40 à 60 sec