



Vlaanderen
is kansrijk opgroeien

Hygiënerichtlijnen voor consultatiebureaus

Versie 16 oktober 2024

INHOUD

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
ADVIES 2: VACCINATIE VAN DE MEDEWERKER VAN HET CB	7
Vaccineren is belangrijk	7
De aanbevolen vaccins voor medewerkers op het consultatiebureau	7
ADVIES 3: SCHOONMAKEN/REINIGEN	8
Wat is belangrijk?	8
Waarmee maak je schoon?	8
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.

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 lichaamsvloeistoffen (zoals stoelgang, urine of bloed).

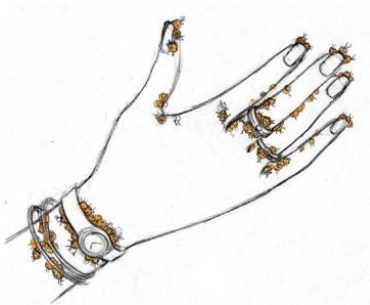
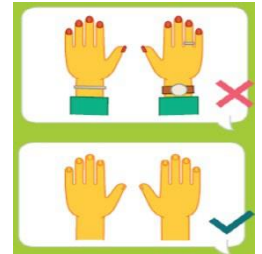


Fig: juwelen en lange nagels verhinderen het grondig wassen van de handen en bevorderen de vermenigvuldiging van microben eronder.

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.

Ook als vrijwilliger was je je handen op al deze momenten, met uitzondering van het handen wassen (of handalcohol gebruiken) tussen elk kind.

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.

! 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).

Ook als vrijwilliger ontsmet je de handen na contact met lichaamsvocht.



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

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.

Departement Zorg verspreidt affiches met tips om jezelf en anderen te beschermen tegen virussen en luchtweginfecties. De affiches zijn laagdrempelig, met korte, heldere richtlijnen. Er is een versie op kindermaat en een versie voor volwassenen.

Ondersteunend materiaal: [affiche voor in de consultatiebureaus](#)



Hang een affiche op kindermaat op in het consultatiebureau, op een goed zichtbare plaats. Zo help je de tips om virussen te voorkomen bekendmaken bij ons doelpubliek.

ADVIES 2: VACCINATIE VAN DE MEDEWERKER VAN HET CB

Vaccineren is belangrijk

- Er zijn [10 redenen om je te laten vaccineren](#). Je beschermt jezelf en ook de kinderen. Want als volwassene kan je kinderen besmetten, ook al ben je zelf niet ziek.

De aanbevolen vaccins voor medewerkers op het consultatiebureau

Vaccin	Advies
Hepatitis B	Verplicht voor alle medewerkers in de zorg, die medische onderzoeken uitvoeren of geneeskundige handelingen verstrekken zoals vaccineren. Voor verpleegkundigen en CB-artsen
Kinkhoest	Een herhalingsprik is aanbevolen , omdat de immuniteit geleidelijk aan afneemt vanaf 5 tot 10 jaar na de laatste inenting. Voor Verpleegkundigen, CB-artsen en vrijwilligers
Mazelen	Wie geboren is na 1970 en niet zeker weet of hij/zij de mazelen doormaakte of gevaccineerd werd met minstens één dosis, is mogelijks onvoldoende beschermd. Het is aanbevolen om met je arts te bespreken of een inhaalvaccinatie nuttig is. Voor Verpleegkundigen, CB-artsen en vrijwilligers
Seizoensgriep	Het risico verhoogt met de leeftijd. Volg de aanbeveling op van Departement Zorg : Home Laat je vaccineren (allesovervaccineren.be) Voor Verpleegkundigen, CB-artsen en vrijwilligers
Covid	Het risico verhoogt met de leeftijd. Volg de aanbeveling op van Departement Zorg : Home Laat je vaccineren (allesovervaccineren.be) Voor Verpleegkundigen, CB-artsen en vrijwilligers

Meer informatie : [Home | Laat je vaccineren \(allesovervaccineren.be\)](#)

De arbeidsgeneesheer bepaalt welke vaccinaties en eventuele testen nodig zijn, voor de verpleegkundigen. Andere medewerkers kunnen terecht bij hun arts met vragen.

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 bevuilde.
- 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

- Verzorgingskussen - 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)	- Gedeelde oppervlakken met anderen (deurklinken ...) - Gedeelde afwasbare oppervlakken (speelmatten, tafels, bureau ...) - Handenwasbak en kraan - Vaatdoeken	- Deuren - Vensterbanken - Vuilbakken (deksel, binnen- en buitenkant) - Vloeren - Koelkast - voedingsmiddelen - Koelkast vaccins (altijd reinigen in aanwezigheid van een verpleegkundige, meer info rond vaccinbeheer op de website) - Lichtschakelaars - Leuningen van de stoelen - Hekjes - Handvaten	- Grote schoonmaak: - 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 ventilatioorosters - o radiatoren - Airco (volg instructies producent)
---	---	--	--

Wachtruimte (speelhoek, aan- en uitkleden, meten en wegen)

- Weegschaal - Meetlat/meetbak - Speelgoed indien in de mond		- Speelgoed niet in de mond	
--	--	---	--

Toiletruimte

	- Vuilbak leegmaken	- 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

- Onderzoekskussen - 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	- Van Wiechen-materiaal indien niet in mond - Lintmeter indien niet in mond - Notebook arts		- 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.

ADVIES 4: ONTSMETTEN VAN OPPERVLAGKEN

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 kier of kier.
- **Verluchten** doe je door een raam of buitendeur kort wijd open te zetten.

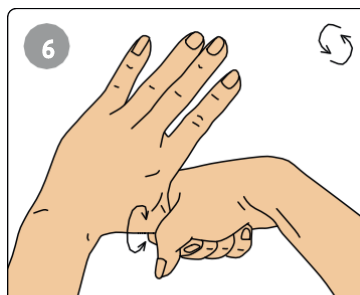
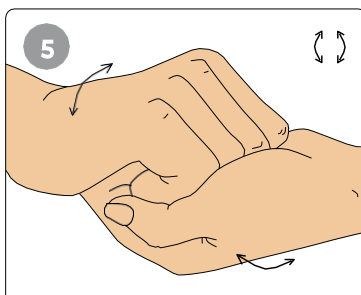
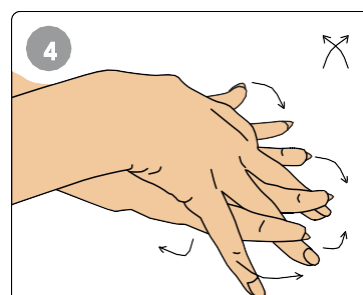
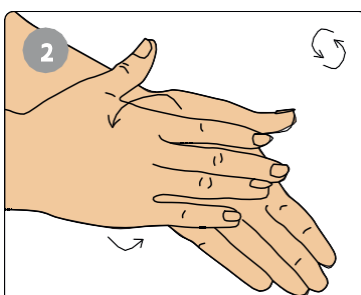
Tip: Verlucht de verschillende ruimten voor en na elke zitting.



[Lees meer](#)

In 7 stappen naar een goede handhygiëne

Ontsmetten met handalcohol



ingertoppen van elke hand in de palm van de ander

20 à 30 sec

1

Neem voldoende zeep

In 10 stappen naar een goede handhygiëne

Ontsmetten met handalcohol



Reinigen met water en zeep

