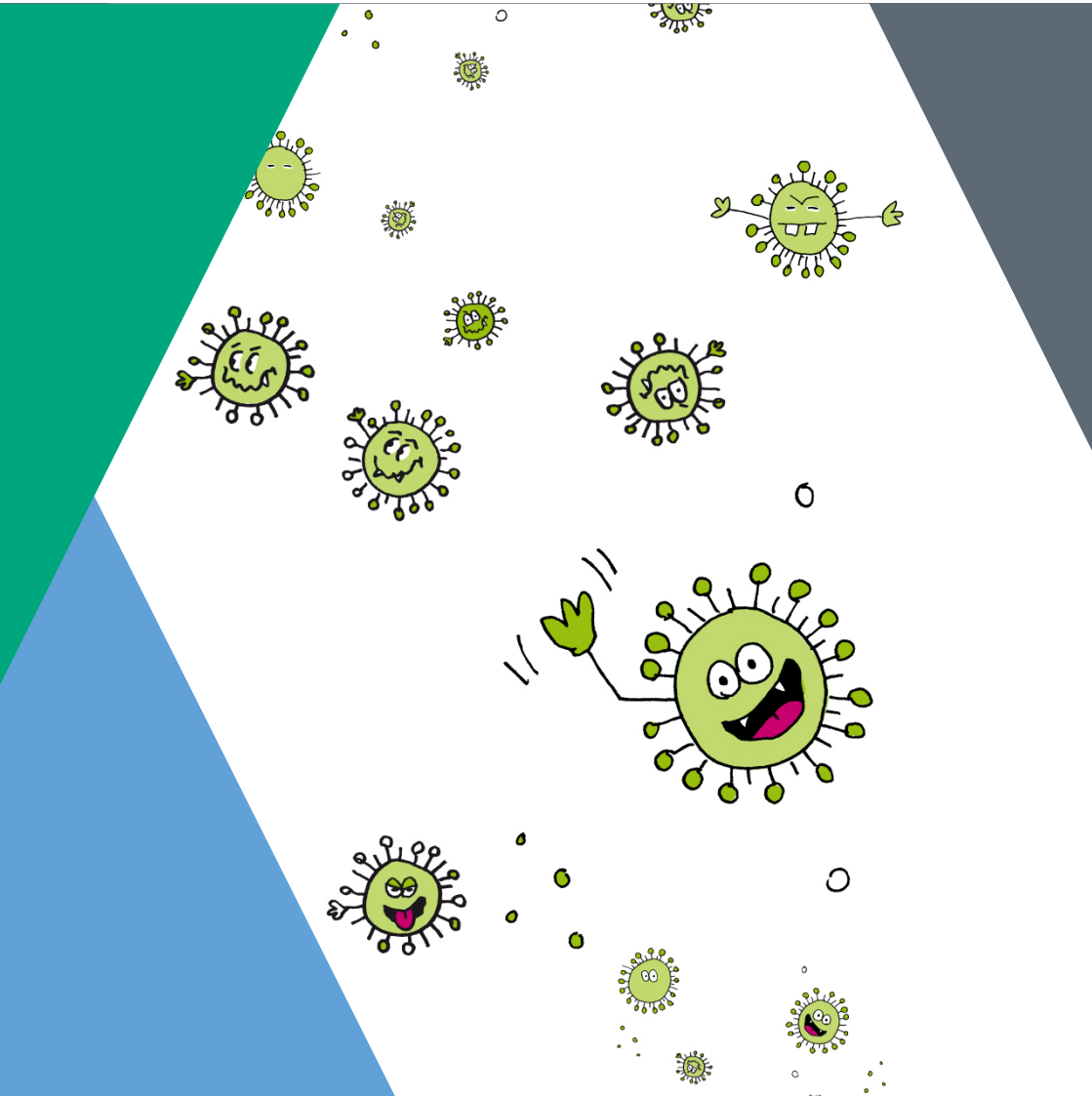
INSELGRUPPE

Informationen für Patientinnen und Patienten in der Zeit von COVID–19



Liebe Patientin, lieber Patient

Gerne zeigen wir Ihnen, welche Hygienemassnahmen im Spital beachtet werden müssen, um sich und andere vor einer Ansteckung mit dem neuen Coronavirus zu schützen.

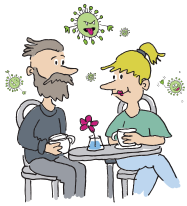
Das Virus, welches die COVID-Infektion auslöst, ist behüllt. Durch die umliegende Fetthülle ist das Virus empfindlich gegenüber Seife oder Desinfektionsmittel.

Einfache Hygienemassnahmen schützen vor einer Übertragung, wenn diese korrekt und konsequent umgesetzt werden.

Wie wird das Virus übertragen?

Durch Tröpfchen
Wenn eine erkrankte Person niest oder hustet, bilden sich Tröpfchen. Diese können durch den unkontrollierten Ausstoss aus Mund und Nase bis zu zwei Meter weit fliegen. Steht eine andere Person in ihrer Nähe, können die Viren direkt auf die Schleimhäute von Mund, Nase oder Augen gelangen.

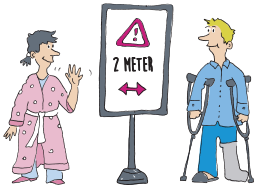
Über Hände und Kontaktflächen
Tröpfchen gelangen beim Niesen oder Husten an die Hände oder auf Oberflächen. Berührt jemand verunreinigte Oberflächen und fasst sich danach mit ungewaschenen Händen ins Gesicht, so können die Viren auf diesem Weg auf Schleimhäute gelangen. Um Virenübertragung zu vermeiden, soll auf das Händeschütteln verzichtet werden. Der direkte Kontakt von Händen mit Mund-, Nasen- und Augenbereich soll auch vermieden werden.



Durch längeren und engen Kontakt mit einer erkrankten Person
Haben Sie während mehr als 15 Minuten und näher als zwei Meter ungeschützten Kontakt zu einer erkrankten Person, erhöht sich das Risiko, sich mit dem Virus anzustecken.

Wie verhalten Sie sich korrekt?

Bei Zeichen einer Atemwegsinfektion wie Halsschmerzen, Husten, Atemnot, Fiebergefühl oder Verlust des Geruchs-/Geschmackssinns melden Sie sich bitte bei der zuständigen Pflegefachperson oder dem zuständigen Ärzteteam.



Abstand halten
Halten Sie zu Ihren Mitpatienten mindestens zwei Meter Abstand. Für Ihre Pflege und Betreuung trägt das Personal eine chirurgische Maske und desinfiziert sich die Hände. Somit ist hier der gegenseitige Schutz auch bei kleinerem Abstand gewährleistet.

Maske tragen, sobald Sie Ihr Zimmer verlassen
Ziehen Sie sich eine chirurgische Maske an, wenn Sie Ihr Zimmer verlassen möchten.

Waschen oder desinfizieren Sie sich die Hände

- Vor dem Anziehen der chirurgischen Maske, nach dem Zurechtrücken der chirurgischen Maske und nach dem Ausziehen der Maske
- Nach Schnäuzen, Niesen und Husten
- Nach Kontakt mit Gegenständen von anderen Personen
- Vor dem Essen
- Nach dem Gang auf die Toilette
- Bei sichtbarer Verschmutzung der Hände
- Bevor Sie das Zimmer verlassen, und wenn Sie das Zimmer wieder betreten

Was ist beim Händewaschen zu beachten?
Nehmen Sie genügend Seife und reiben Sie sich die Hände und Handgelenke unter fliessendem Wasser. Es ist wichtig, dass Sie die Hände überall gut einseifen, auch in den Fingerzwischenräumen. Nach ca. 30–60 Sekunden kann der Schaum abgespült werden.

Wie desinfiziert Sie sich die Hände korrekt?
Machen Sie eine Hohlhand und füllen Sie diese mit Händedesinfektionsmittel (ca. 3–5 ml). Verreiben Sie das Desinfektionsmittel überall auf den Händen: Handaussenfläche, -innenfläche, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen, Daumen und Handgelenke. Auch hier sollte der Vorgang ca. 20–30 Sekunden dauern.

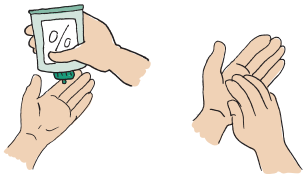
Wenn Sie husten oder niesen müssen
Husten oder niesen Sie in die Ellenbeuge oder verwenden Sie ein Papiertaschentuch, welches Sie nach Gebrauch umgehend entsorgen. Waschen oder desinfizieren Sie sich danach die Hände.

Wie gehe ich richtig mit der chirurgischen Maske um?

Sie erhalten vom Pflegepersonal eine chirurgische Maske, welche Sie während maximal 24 Stunden immer wieder benützen können. Deponieren Sie die Maske an Ihrem Patientenplatz an einem für Sie gut zugänglichem Ort.

Bitte ziehen Sie sich die chirurgische Maske an, bevor Sie Ihr Zimmer verlassen.

Schritt 1
Desinfizieren oder waschen Sie sich die Hände.

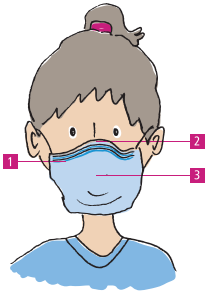


Schritt 2
Kontrollieren Sie, dass die Innenseite der Maske zu Ihnen gerichtet ist. Sie erkennen die Innenseite daran, dass der Nasenbügel oben ist und die Falten der Innenseite nach oben zeigen. Meist ist die Innenseite weiss und die Aussenseite farbig.

Schritt 3
Greifen Sie die Maske an den beiden Ohrschlaufen und ziehen Sie diese beidseitig hinters Ohr.

Schritt 4
Passen Sie den biegbaren Nasenbügel an Ihre Nase an.

Schritt 5
Ziehen Sie die Maske unters Kinn. Die Maske muss Mund und Nase komplett bedecken.



1. FALTEN MÜSSEN NACH UNTEN ZEIGEN
2. NASENBÜGEL AN NASE ANPASSEN
3. I.D.R. FARBIGE SEITE NACH AUSSEN

Schritt 6
Bevor Sie Ihr Patientenzimmer nun verlassen, waschen oder desinfizieren Sie sich die Hände.

Schritt 7
Sie sind zurück an Ihrem Patientenplatz im Zimmer. Desinfizieren Sie sich die Hände. Fassen Sie die Maske an den Ohrschlaufen und ziehen Sie diese aus. Desinfizieren Sie sich abschliessend die Hände.

Solange Sie die Maske tragen, fassen Sie sich möglichst nicht ins Gesicht. Wenn doch, desinfizieren Sie sich vor und nach dem Berühren der Maske/des Gesichts die Hände.

Die Maske soll **nie** unter das Kinn gezogen und um den Hals getragen werden. Die Maske muss immer Nase und Mund bedecken.

Insel Gruppe AG
Spitalhygiene
CH–3010 Bern
www.inselgruppe.ch

120791_2020_05_26_kfg/sf

Besucherregelung:
In den Spitälern der Insel Gruppe gilt eine Besuchsregelung, die jeweils an die behördlichen Anweisungen angepasst wird. Bitte informieren Sie sich bei Ihrem Behandlungsteam über die aktuell geltenden Vorgaben.

Besuchende erhalten am Eingang eine chirurgische Maske und sollen diese während des ganzen Aufenthalts im Spital tragen.

Ihr Schutz und der Schutz unserer Mitarbeitenden hat in der Insel Gruppe höchste Priorität.

Wir danken Ihnen, dass auch Sie sich an die Hygienemassnahmen halten und zum gegenseitigen Schutz beitragen.