

Handen zijn belangrijk voor een gezondere wereld

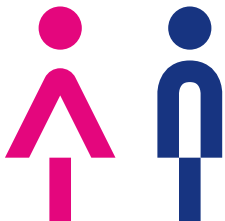
Simpelweg handen wassen blijft een van de belangrijkste manieren om de verspreiding van bacteriën te stoppen. De bewustwording verbeteren over waarom, wanneer, hoe en waar we onze handen wassen, is een van de belangrijkste voorbeelden van waarom hygiëne belangrijk is voor een gezondere wereld.

Hoe vuil zijn jouw handen?

Bacteriën zijn te vinden op alle oppervlakken van de hand. Onder je vingernagels is zelfs een bijzonder hoge concentratie van bacteriën te vinden¹



Vier plekken die mensen vaak vergeten te wassen zijn de vingertoppen, de duim, de achterkant van de handen en de pols²



Vrouwen zeggen hun handen ongeveer 9,5 keer per dag te wassen, ten opzichte van gemiddeld 7,6 keer per dag voor mannen³

Vrouwen wassen hun handen gemiddeld vaker van mannen; 83% wast haar handen na gebruik van het toilet, terwijl slechts 74% van de mannen dit ook doet⁴

Je handen zijn belangrijk

31%

gelooft dat **persoonlijke verantwoordelijkheid** essentieel is voor het verbeteren van hygiënenormen en openbare gezondheid³

85%

zegt dat zij hun handen **vaak genoeg wassen**³

71%

zegt dat **anderen** hun handen **niet** vaak genoeg wassen³

80%

voelt zich ongemakkelijk bij ongewassen handen in **sociale situaties**³



Handen zijn belangrijk voor een gezondere wereld



Handen wassen is de allerbelangrijkste manier om de verspreiding van infecties te voorkomen⁵



20% van de luchtweginfecties (bijv. een normale verkoudheid) kan worden voorkomen door het wassen van de handen⁷



Het is aangetoond dat goede gewoonten voor handhygiëne het risico op hand-, voet- en mondziekte **bij kinderen** met 60% kan verlagen⁶



Ieder jaar heeft **1 op de 10 mensen** wereldwijd te maken met door voedsel overdraagbare ziekten, vaak omdat voedsel wordt bereid met slechte handhygiëne⁸

Wanneer moet je je handen wassen



Na het snuiten van je neus, hoesten of niezen⁹



Na het aaien van een huisdier of het omspringen met dierenvoer⁹



Voor en na **het bereiden van voedsel en het eten**⁹



Voor en na **het zorgen voor een ziek persoon** of het behandelen van een wond⁹



Na gebruik van het toilet of contact met fecaliën⁹



Na **het aanraken van afval**⁹

Hoe moet je je handen wassen

1. Was je handen met lauwwarm water en zeep¹⁰



2. Schrob de zijkanten van de handen, de vingertoppen, vingernagels en tussen de vingers – vergeet daarbij de duimen niet¹⁰



3. Doe dit voor ongeveer 20-30 seconden¹⁰



4. Spoel goed af¹⁰



5. Droog de handen goed met een papieren handdoek¹⁰



¹ Centers for Disease Control and Prevention

² Essity

³ SCA Hygiene Matters Report, 2016

⁴ Recent Handwashing Study Shows Gap between Knowing and Doing. American Society for Microbiology, 2003.

⁵ Centers for Disease Control and Prevention

⁶ Interventieproject handhygiëne op kleuterscholen in Shenzhen, China 2016

⁷ Wanneer en hoe de handen te wassen, CDC. Centers for Disease Control and Prevention.

⁸ Uit WHO's eerste wereldwijde schatting van door voedsel overdraagbare ziekten blijkt dat bijna een derde van

de sterfgevallen kinderen zijn van jonger dan 5 jaar. WHO, 2015

⁹ Centers for Disease Control and Prevention

¹⁰ Essity's algemene aanbevelingen voor handen wassen