



## Richtiges Händewaschen hilft gesund zu bleiben

Richtiges Händewaschen hilft gesund zu bleiben  
Zu Beginn der Jahreszeiten von Erkältungskrankheiten und Grippe erinnert der diesjährige Welthändewashtag am 15. Oktober daran, wie jeder Einzelne sich und andere einfach vor Krankheitserregern schützen kann: durch regelmäßiges und richtiges Händewaschen. Unter [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) vielfältige Informationen und Medienangebote rund um das Thema Händewaschen sowie weitere Hygienetipps zusammengestellt. Krankheitserreger wandern von Hand zu Hand. Wenn andere Menschen im nahen Umfeld erkrankt sind, ist das Ansteckungsrisiko oft hoch. Beim Kontakt mit der erkrankten Person oder auch über gemeinsam benutzte Gegenstände können Infektionserreger weitergegeben und über die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen in den Körper gelangen und Krankheiten auslösen. Um selbst gesund zu bleiben und Krankheitskeime nicht weiterzugeben, hilft regelmäßiges und gründliches Händewaschen. Dabei Handflächen und Finger gründlich einseifen, danach sorgfältig abspülen und gut abtrocknen. Studien belegen, dass es sich lohnt, sich für das Händewaschen stark zu machen: Durch Förderung des richtigen Händewaschens lässt sich beispielsweise in Kinderbetreuungseinrichtungen die Häufigkeit von Durchfallerkrankungen und Atemwegsinfektionen deutlich senken. Wann sollte ich mir die Hände waschen? Und wie geht richtiges Händewaschen? Diese und viele andere Fragen werden auf der Seite [www.infektionsschutz.de/haendewaschen](http://www.infektionsschutz.de/haendewaschen) beantwortet. Dort kann auch Aufklärungsmaterial für Groß und Klein kostenfrei bezogen werden. Verschiedene Infofilme zum Händewaschen vermitteln zudem alle wichtigen Inhalte zum Thema Händehygiene auf kurzweilige Weise. Das Wichtigste zum Händewaschen im Überblick: [www.infektionsschutz.de/haendewaschen](http://www.infektionsschutz.de/haendewaschen) Filme zur Händehygiene - auch als Download verfügbar unter: <http://www.infektionsschutz.de/mediathek/filme/> Medien zur Händehygiene kostenfrei bestellen unter: <http://www.infektionsschutz.de/mediathek/printmedien-shop/> Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln. Online-Bestellsystem: [www.bzga.de/infomaterialien](http://www.bzga.de/infomaterialien), Fax: 0221/8992257, E-Mail: [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) Kontakt: Dr. Marita Völker-Albert, Pressesprecherin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Maarweg 149-161, 50825 Köln, Tel. 0221-8992280, Fax: 0221-8992201, E-Mail: [marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de) <http://www.bzga.de>

## Pressekontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de)

## Firmenkontakt

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

51109 Köln

[marita.voelker-albert@bzga.de](mailto:marita.voelker-albert@bzga.de)

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist seit 1967 zum gesundheitlichen Wohle der Bürgerinnen und Bürger tätig. In dieser Zeit haben sich die Themen der gesundheitlichen Aufklärung erweitert, ihre Methoden geändert, und neue Aufgaben sind hinzugekommen. Gleichzeitig sind auch die Anforderungen an eine erfolgreiche Gesundheitsförderung gestiegen. Diesen Veränderungen haben wir Rechnung getragen und auf der Grundlage unseres Gründungsauftrags aus dem Jahre 1967 eine Neubestimmung vorgenommen. In diesem Sinne räumen wir in Zukunft der Erarbeitung von wissenschaftlichen Grundlagen und von Qualitätssicherungsverfahren noch mehr Raum ein. Durch nationale und internationale Kooperation fördern wir verstärkt ein arbeitsteiliges Vorgehen, denn erst durch die konsequente Nutzung der Stärken vieler Partner können Synergieeffekte entstehen. Mittelfristig streben wir den Aufbau als Clearingstelle an, damit Aktivitäten und Ressourcen auf zentrale Gesundheitsprobleme konzentriert und die Effektivität und Effizienz der gesundheitlichen Aufklärung gestärkt werden. Unsere Aufklärungsmaßnahmen konzentrieren wir auf ausgewählte Teile der Bevölkerung. In der nächsten Zeit ist dies vor allem die Zielgruppe "Kinder und Jugendliche". Unsere Kompetenz sehen wir in der Entwicklung, Umsetzung und wissenschaftlichen Überprüfung von Aufklärungsstrategien zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Dazu bedarf es auch der Beteiligung zentraler Kooperationspartner. Gleichzeitig wollen wir mehr als bisher Bürgerinnen und Bürger über aktuelle gesundheitliche Themen von bundesweiter Bedeutung informieren. Unverändert wichtig bleibt die langfristige Umsetzung der gesetzlichen und bundespolitischen Aufträge in der Sucht- und Aids-Prävention wie auch in der Sexualaufklärung und Familienplanung.