



Wochenbettbesuch -> Hygieneempfehlungen für die Praxis

Autorinnen: Clizia Iseppi (Vorstandsmitglied Familystart Zürich (FsZ)), Rebekka Erdin (Vorstandsmitglied FsZ)

Fachliche Beirätinnen: Jaqueline Morgenstern (Fachexpertin für Infektionsprävention), Barbara Blatter (Pflegeexpertin Kantonsspital Winterthur), Anne Steiner (Verantwortliche für Qualität und Innovation des Schweizerischen Hebammenverbandes (SHV)), Carolina Iglesias (Präsidentin FsZ)

1.	Allgemeine Hygieneregeln für den Wochenbettbesuch	2
1.1.	Persönliche Hygiene der Hebamme	2
1.2.	Händehygiene	2
1.2.1.	Händewaschen	2
1.2.2.	Händedesinfektion (HD)	3
1.2.3.	Unsterile Handschuhe	3
1.2.4.	Sterile Handschuhe	3
2.	Wochenbettbesuch Ablauf	3
2.1.	Vorbereitung	3
2.2.	Mutter	4
2.3.	Kind	4
2.4.	Hausbesuch beenden	5
3.	Hygieneregeln für die Familie	6
4.	Quellen	6



1. Allgemeine Hygieneempfehlungen für den Wochenbettbesuch

Bei einem Wochenbettbesuch sollten nachfolgende Hygieneempfehlungen berücksichtigt werden:

1.1. Persönliche Hygiene der Hebamme

- Wenn die Haare länger sind, werden sie zusammengebunden
- Nägel sind kurz geschnitten und nicht lackiert, jeglicher Lack (Gel-Lack, Hartlack usw.) ist verboten
- Ringe (inkl. Ehering), Armreifen und hängender Schmuck sind verboten
- Der Schal, die Jacke und der Pullover werden im Eingangsbereich aufgehängt
- Bei Erkältung, Husten oder während Pandemien wird ein Mund-Nasenschutz getragen
- Bei einer Verletzung/Schnitt an der Hand ist ein wasserfestes Pflaster oder ein Fingerling zu tragen
- Während der Arbeit wird Arbeitskleidung getragen, das Oberteil dieser Arbeitskleidung ist kurzärmelig
- Beim Nachhausekommen Arbeitskleidung ausziehen, Privatkleidung anziehen
- Das Arbeitsoberteil ist täglich zu wechseln
- Zu Hause separater Kleidersack für getrennte Aufbewahrung schmutziger Berufswäsche von schmutziger Privatwäsche bis zum Waschen in der Waschmaschine
- Wäsche bei 60 Grad wenn nicht anders möglich bei mind. 30 Grad mit Pulverwaschmittel waschen. Wegen der Bleicheigenschaft entfernt Pulverwaschmittel Keime besser als Flüssigwaschmittel, kein Kurzprogramm, kein Wassersparprogramm, Waschmaschine nicht überladen
- Für den eigenen und den Schutz der anderen sind die vom BAG empfohlenen Impfungen durchzuführen (s. Hygienekonzept, Kap. 3)

1.2. Händehygiene

1.2.1. Händewaschen

Die Hände werden in folgenden Fällen immer gewaschen:

- Beim Eintreten in die Wohnung der Familie
- Bei sichtbarer Verschmutzung
- Nach dem Toilettenbesuch



1.2.2. Händedesinfektion (HD)

In folgenden Fällen ist eine Händedesinfektion angezeigt:

- Vor Kontakt mit Frau/Kind
- Vor aseptischen Tätigkeiten
- Vor und nach dem Tragen von Handschuhen
- Nach Kontakt mit potenziell infektiösem Material
- Nach Kontakt mit der Frau/Kind
- Vor Entnehmen von Arbeitsmaterialien aus der Hebammentasche
- Nach dem Desinfizieren und Zurücklegen der desinfizierten Mehrwegmaterialien in die Hebammentasche
- Nach Verlassen der Wohnung der Familie
- Nach dem Toilettenbesuch

1.2.3. Unsterile Handschuhe

- Schützen den Träger vor Kontamination mit Blut, Sekreten und Exkreten z.B.: Blutentnahme, Inspektion Geburtsverletzungen, Blutungskontrolle
- HD vor und nach dem Tragen von Handschuhen
- Nach dem Handschuhe anziehen keine HD nötig
- HD grundsätzlich möglich bei Nitrilhandschuhen

1.2.4. Sterile Handschuhe

- Werden im Wochenbett nicht benötigt

2. Wochenbettbesuch Ablauf

Der Ablauf kann je nach Situation variieren. Viele Handlungen werden nur bei Bedarf durchgeführt.

2.1. Vorbereitung

- Eintreten, Schuhe bei Bedarf im Eingangsbereich ausziehen und Jacke, Pullover und Schal in der Garderobe aufhängen
- Begrüssung durch Hand geben oder freundliches Nicken mit Augenkontakt
- Arbeitstasche auf eine Ablage im Eingangsbereich ablegen
- Hände waschen und HD
- Aus der Hebammentasche nur das Material für den aktuell anstehenden Besuch entnehmen und auf eine saubere Ablage legen



- Falls neues Material während des Besuchs gebraucht wird, HD, bevor das Material aus der Tasche entnommen wird

2.2. Mutter

- HD
- Vitalzeichen durchführen
Temperatur mit dem Thermometer der Familie messen, falls nicht möglich, das eigene Thermometer mit einer Schutzhülle benützen, Schutzhülle in Plastiksack entsorgen, Thermometer vor dem Versorgen in die Tasche wischdesinfizieren
- Blutentnahme (BE)
Material bereitstellen, HD, Handschuhe anziehen, Desinfektionsmittel auf sterilen Tupfer¹, Einstichstelle desinfizieren, Einwirkzeit von 15 Sek. beachten, Tupfer in Plastiksack entsorgen, BE durchführen, Nadel in die Box entsorgen, Handschuhe vorsichtig abstreifen und in Plastiksack werfen, HD
- Brust visuell inspizieren und bei Bedarf manuelle Kontrolle
- Uteruskontrolle
- Bei Sectio: Inspektion der Sectionaht
- Falls nötig das Material für eine Desinfektion der Naht vorbereiten
HD, steriles Wattestäbchen mit Desinfektionsmittellösung tränken, heikle Stellen desinfizieren, einmalig drüber streichen, Material entsorgen, HD
- Klammer bzw. Fäden mit No-Touch-Technik (mit Klammerentferner bzw. Pinzette und Schere/Messer) entfernen bzw. ziehen
HD, Klammern entfernen bzw. den Knopf abschneiden und den Faden ziehen, Naht desinfizieren, bei Einzelknopfnähten vor dem Entfernen des Fadens, Wischdesinfektion, gebrauchtes und entferntes Material in Plastiksack entsorgen, HD
- Eine Sectionaht braucht kein Pflaster. Möchte die Frau ein Pflaster, spricht nichts dagegen. Das Pflaster muss atmungsaktiv und sauber sein, max. 24h belassen
- Inspektion der Lochien und/oder des Dammes
- Bei Berührung des Dammes/Verrichtungen am Damm
HD, Handschuhe anziehen, bei Beendigung der Inspektion, Handschuhe vorsichtig abstreifen in Plastiksack entsorgen, HD
- Durchführung der Bauchmassage
- HD

¹ Die meisten Alkoholtupfer sind nicht von Swissmedic für Desinfektion zugelassen, ausser momentan BB Raun Softasept N Tupfer, die sind jedoch teuer, s. Hygieneempfehlungen Kap. 6.2.

2.3. Kind

- HD
- Kind ausziehen, Windel wechseln, bei Kontamination/ Verschmutzung mit Sekreten Händewaschen und HD
- Temperatur messen
Thermometer der Familie, nach Gebrauch mit Wasser und Seife abwaschen, ausser das Kind hat einen Verdacht auf eine Durchfallerkrankung, nach der Reinigung zusätzlich wischdesinfizieren
Eigenes Thermometer, Schutzhülle benutzen, Schutzhülle in Plastiksack entsorgen, Thermometer vor dem Versorgen in die Tasche wischdesinfizieren
- Wiegen
- Baden
- Nabelpflege wie die Eltern im Spital gelernt haben oder folgendermassen:
HD, unsterile Handschuhe anziehen, Nabel mit Wasser vom Ansatz nach Aussen säubern, nachher mit einer Kompresse trocknen. Nabel trocken halten und mit Luft in Kontakt kommen lassen, Windel unterhalb des Nabels anziehen
- Kind anziehen
- HD vor Unterstützung beim Stillen
- BE
Fuss wärmen, Desinfektionsmittel auf Tupfer, Ferse desinfizieren (Desinfektionsmittel gut abtrocknen lassen), HD, Handschuhe anziehen, zum stechen Lanzette mit Sicherheitsstandard verwenden, BE durchführen, Material in Plastiksack entsorgen, Konaktion Ampulle in Entsorgungsbox oder alternativ in Wegwerf-Windel einwickeln, die zum Vorwärmen verwendet wurde, Handschuhe ausziehen, HD

2.4. Hausbesuch beenden

- Entsorgung des Materials
Entsorgung des gebrauchten inkl. Blutigen Materials sofort nach Beendigung jeder Tätigkeit idealerweise in einen Plastiksack, diesen verknoten und in den Hausmüll der Familie entsorgen
Nadeln im Spritzenbehälter entsorgen, wenn dieser voll ist, muss dieser als Sondermüll via Apotheke, Labor oder Spital entsorgt werden
Spritzen im regulären Abfall entsorgen
- Dokumentation
- Wischdesinfektion bei Mehrwegmaterial und in die Tasche versorgen
- HD
- Sich anziehen
- Verabschiedung durch freundliches Nicken oder ausserhalb Pandemiezeit durch Hand geben
- Rausgehen

- HD

3. Hygieneempfehlungen für die Familie

Zum Thema „Hygieneempfehlungen für die Familie“ wurde ein separater Flyer in einfachem Deutsch erstellt. Dieser kann auf der Webseite von Familystart Zürich heruntergeladen und den Familien abgegeben werden. Er beantwortet die gängigen Fragen der Familie bzgl. Hygiene im Wochenbett. Folgende Themen werden beschrieben: Wochenbetthygiene/ persönliche Hygiene der Mutter, Babypflege und Ernährung des Neugeborenen und Aufbereitung des dafür nötigen Materials.

4. Quellen

Berner Fachhochschule und Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften ZHAW (2020). Neugeborenes, Skills für Hebammen 3, 3. Auflage. Hep Verlag.

Medela (2024). Tipps zum Abpumpen Abgerufen am 16.09.2024 von:

<https://www.medela.com/de-ch/stillen-und-abpumpen/artikel/tipps-zum-abpumpen>

Medela (2024). Aufbewahren, Einfrieren und Auftauen und Auftauen von Muttermilch. Abgerufen am 16.09.2024 von:

<https://www.medela.com/de-ch/stillen-und-abpumpen/artikel/tipps-zum-abpumpen/aufbewahren-einfrieren-und-auftauen-von-muttermilch>

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE (in Zusammenarbeit mit Gesellschaft für Pädiatrie, SHV, MVB, SGGG) (2018). Handbuch, Essen und Trinken im ersten Lebensjahr. Abgerufen am 16.09.2024 von:

https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-01/Handbuch_Essen_und_Trinken_im_ersten_Lebensjahr_SGE_2018.pdf

Stillförderung Schweiz (2024). Wie muss ich die abgepumpte Muttermilch aufbewahren / verabreichen?. Abgerufen am 16.09.2024 von:

https://www.stillfoerderung.ch/logicio/pmws/stillen_faq_de.html#frage23

1. Version erstellt am 16.10.2021 2. Version überprüft am 20.9.2024	Freigegeben am: 21.10.2024 Durch: Jacqueline Morgenstern	Gültig bis am 1.12.2027
------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	-------------------------

© 2024 Familystart Zürich und Schweizerischer Hebammenverband (SHV). Alle Urheber- und Leistungsschutzrechte sind vorbehalten. Dieses Dokument ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Für alle Verwendungen, insbesondere Sendung, Bearbeitung und Vervielfältigung bedarf es einer speziellen schriftlichen Bewilligung von Familystart Zürich sowie des SHV, soweit kein Vertrag besteht. Zuwiderhandlungen werden zivil- und strafrechtlich verfolgt.