Hygiene

Zusammenfassung der Prüfungsfragen

(März 2025- März 2021)

Amin Alias - Dozent für Humanmedizin - Neuropsychiatrie, Hypnotherapie, Hypnose. (Angehender Neurologe)

www.BrainsDrop.com

YouTube-Kanal:

Let's Change the Things We Can – Doc Alias

https://youtube.com/@brainsdrop?si=fTlPXGTKzD4oc_vc

HYGIENE-SKRIPT: Fragen & Antworten

---

1. Sterilisation und Desinfektion – Grundbegriffe

Frage	Antwort
Was ist Desinfektion?	Entfernung pathogener Keime auf ein sicheres Maß.
Was ist Sterilisation?	Abtötung aller Mikroorganismen inklusive Sporen.
Was bedeutet "keimarm"?	Es bleiben noch wenige, ungefährliche Keime zurück.
Was bedeutet "keimfrei"?	Keine vermehrungsfähigen Mikroorganismen mehr vorhanden.
Ziel der Desinfektion?	Unterbrechen der Infektionskette.
Ziel der Sterilisation?	Absolute Keimfreiheit für invasive Eingriffe.

---

2. Physikalische Methoden

Frage	Antwort
Was bewirkt Verbrennen?	Vollständige Zerstörung von Keimen und Material.
Was bewirkt Ausglühen?	Sterilisation durch extreme Hitze bei Metallteilen.
Was bewirkt Abflammen?	Kurze Oberflächendesinfektion durch Feuer.
Was bewirkt Filtration?	Entfernung von Keimen aus Flüssigkeiten oder Luft.
Was bewirkt Auskochen?	Abtötung der meisten Bakterien durch Kochen (100°C).
Was bewirkt Autoklavieren?	Sterilisation durch heißen, gesättigten Wasserdampf.

---

3. Verbrennen, Ausglühen, Abflammen, Filtration

Frage	Antwort
Wann wird Verbrennen eingesetzt?	Bei infektiösen Abfällen.
Wann wird Ausglühen verwendet?	Bei Metallinstrumenten wie Pinzetten.
Wann wird Abflammen eingesetzt?	Bei Impfösen im mikrobiologischen Bereich.
Wozu dient Filtration?	Sterilfiltration von hitzeempfindlichen Flüssigkeiten.
Was filtert eine Bakterienfiltermembran?	Bakterien, aber keine Viren.
Material für Filtration?	Cellulose-Acetat- oder Keramikfilter.

---

4. Auskochen, Autoklaven, gespannter Dampf

Frage	Antwort
Temperatur beim Auskochen?	100 °C.
Temperatur beim Autoklavieren?	121 °C.
Druck beim Autoklavieren?	2 bar.
Dauer beim Autoklavieren?	15–20 Minuten.
Vorteil von gespanntem Dampf?	Durchdringt besser poröse Materialien.
Standardindikator für erfolgreiche Sterilisation?	Farbindikator-Streifen oder Bioindikatoren.

---

5. Bestrahlung

Frage	Antwort
Wozu dient UV-Bestrahlung?	Oberflächendesinfektion z. B. von Arbeitsflächen.
Wozu dient Gamma-Bestrahlung?	Sterilisation von Einwegmaterialien.
Was zerstören UV-Strahlen?	DNA der Mikroorganismen.
Welche Wellenlänge für UV-Desinfektion?	254 nm.
Gefahr bei UV-Strahlen?	Haut- und Augenschäden.
Wo wird Gamma-Bestrahlung eingesetzt?	In industrieller Herstellung von sterilen Produkten.

---

6. Chemische Desinfektion

Frage	Antwort
Was bewirken Alkohole?	Rasche Zellwandauflösung von Keimen.
Was machen Säuren/Alkalien?	Veränderung des pH-Werts → Zelltod.
Was bewirkt Wasserstoffperoxid?	Oxidation und Zerstörung von Zellbestandteilen.
Welche Wirkung hat Chlor?	Oxidation und Denaturierung von Proteinen.
Welche Rolle spielt Silbernitrat?	Antibakterielle Oberflächenbehandlung.
Wozu dienen Invertseifen?	Reinigung und Desinfektion zusammen.

---

7. Praxis der Desinfektion im medizinischen Bereich

Hygienische Händedesinfektion

Frage	Antwort
Wann hygienische Händedesinfektion?	Vor und nach Patientenkontakt.
Dauer hygienische Händedesinfektion?	30 Sekunden.
Mittel für Händedesinfektion?	Alkoholbasierte Desinfektionsmittel.
Warum Händedesinfektion so wichtig?	Hauptweg der Keimübertragung sind Hände.
Wie viel Mittel auf die Hand?	3–5 ml.

Trockenreiben erlaubt?	Nein, Hände müssen feucht bleiben während der Einwirkzeit.

Chirurgische Händedesinfektion

Frage	Antwort
Wann chirurgische Händedesinfektion?	Vor invasiven Eingriffen.
Dauer chirurgische Händedesinfektion?	3–5 Minuten.
Waschen vor Desinfektion nötig?	Nur bei sichtbarer Verschmutzung.
Handschuhe tragen nach Desinfektion?	Ja, sterile Handschuhe.
Wichtiges Ziel chirurgischer Desinfektion?	Maximale Keimfreiheit erreichen.
Hauptprodukt für chirurgische Händedesinfektion?	Alkoholische Händedesinfektionsmittel mit Langzeitwirkung.

Flächendesinfektion

Frage	Antwort
Wann Flächendesinfektion?	Nach jedem Patientenkontakt oder Verschmutzung.
Was beachten bei Flächendesinfektion?	Fläche vollständig benetzen.
Wie lange Einwirkzeit?	Herstellerangaben beachten (meist 1–10 Min.).
Vor- oder nach Reinigung?	Nach grober Reinigung.
Flächendesinfektion ersetzt Händedesinfektion?	Nein, beides notwendig!
Womit desinfizieren?	Geeignete Flächendesinfektionsmittel.

Desinfizierende Reinigung

Frage	Antwort
Was heißt desinfizierende Reinigung?	Reinigung und Desinfektion kombiniert.
Wann sinnvoll?	Bei Blutverschmutzungen.

Vorteil?	Spart Arbeitsschritte.
Gefahr bei falscher Reinigung?	Verteilung von Keimen.
Was zuerst?	Grobe Reinigung, dann Desinfektion.
Material zur Reinigung?	Einmaltücher oder Wischsysteme.

Raumdesinfektion

Frage	Antwort
Wann Raumdesinfektion?	Nach Kontakt mit infektiösen Patienten.
Verfahren bei Raumdesinfektion?	Sprüh- oder Vernebelungsverfahren.
Ziel?	Keimreduktion auf allen Oberflächen.
Räume während Desinfektion betreten?	Nein, Sperrung notwendig.
Nach Raumdesinfektion was beachten?	Lüften!
Spezialfall Raumdesinfektion?	Tuberkulosefälle.

Sputumdesinfektion

Frage	Antwort
Wann Sputumdesinfektion?	Bei Lungenerkrankungen mit Erregernachweis.
Was wird desinfiziert?	Sputumproben und Behälter.
Was passiert bei Fehlbehandlung?	Gefahr schwerer Ansteckungen (z. B. TB).
Wie Sputum sicher entsorgen?	Spezielle Entsorgungssysteme.
Womit desinfizieren?	Hochwirksame Desinfektionsmittel.
Zusatzmaßnahmen?	Mundschutz und Handschuhe tragen.

Stuhldesinfektion

Frage	Antwort
Wann Stuhldesinfektion?	Bei infektiösen Durchfallerkrankungen.
Warum Stuhl gefährlich?	Hohe Keimlast.
Stuhlproben Umgang?	Immer sicher verschließen.

Flächendesinfektion nach Stuhlkontakt?	Sofort!
Womit desinfizieren?	Flächendesinfektionsmittel für biologische Kontamination.
Schutzmaßnahmen?	Handschuhe + Schutzkleidung.

Wäschedesinfektion

Frage	Antwort
Wann Wäschedesinfektion?	Nach Kontakt mit infektiösen Materialien.
Waschtemperatur?	Mindestens 60°C.
Extra-Mittel?	Desinfektionswaschmittel verwenden.
Warum hohe Temperaturen?	Abtötung von Keimen.
Wie Wäsche aufbewahren?	In geschlossenen Behältern.
Übertragungsrisiko bei falscher Lagerung?	Ja, erhebliche Gefahr.

.

HEILPRAKTIKER HYGIENE TAG 1 – DRUCKFERTIGES KOMPLETTES SKRIPT

(für Präsentation und Ausdruck, in “Anti-Laziness”-Top-Qualität!)

---

1. Grundlagen der Hygiene

Definition Hygiene:

Hygiene umfasst alle Maßnahmen, die der Gesunderhaltung des Menschen und der Verhütung von Infektionskrankheiten dienen.

Warum Hygiene wichtig ist:

- Schutz des Patienten
- Eigenschutz des Behandelnden
- Erfüllung gesetzlicher Vorschriften (z. B. Infektionsschutzgesetz, IfSG)

Prüfungsfragen zu Grundlagen Hygiene:

Prüfungsfrage (Oktober 2022):

Welche der folgenden Aussagen trifft/treffen zu? Eine hygienische Händedesinfektion ist erforderlich:

1. Vor der Zubereitung von Infusionen
2. Bei invasiven Maßnahmen, z. B. Blutentnahme
3. Nach der Versorgung einer Wunde
4. Nach der körperlichen Untersuchung eines Patienten
5. Nach dem Ausziehen von Schutzhandschuhen bei stattgefundenem Erregerkontakt

Antwort:

→ E – 1-5, alle sind richtig

Erklärung:

Händedesinfektion ist bei allen genannten Situationen verpflichtend, um Keimübertragung zu verhindern und den Infektionsschutz sicherzustellen.

---

2. Desinfektion vs. Sterilisation

Definitionen:

Verfahren	Ziel	Beschreibung
Desinfektion	Keimarmut, nicht Keimfreiheit	Reduktion pathogener Keime auf ein sicheres Maß
Sterilisation	Absolute Keimfreiheit	Abtötung aller Keime inkl. Sporen

---

Prüfungsfragen zu Desinfektion vs. Sterilisation:

Prüfungsfrage (März 2024):

In der Krankenhaushygiene werden bei der Aufbereitung von Medizinprodukten zwischen verschiedenen Verfahren unterschieden, z. B. Reinigung, Desinfektion und Sterilisation.

Welche Aussagen treffen zu? (Mehrfachauswahl)

A) Ziel der Desinfektion ist ein keimfreier Zustand.

B) Ziele der Reinigung sind die sichtbare Sauberkeit und die Reduzierung der Keimzahl.

C) Ziel der Sterilisation ist ein keimfreier Zustand.

D) Reinigung ersetzt die Desinfektion.

E) Reinigung und Desinfektion haben die gleichen Ziele.

Antwort:

→ B und C sind richtig.

Erklärung:

- Reinigung = sichtbare Sauberkeit + Reduktion der Keime
- Sterilisation = völlige Keimfreiheit
- Desinfektion alleine erreicht keine Keimfreiheit, sondern Keimreduktion.

---

3. Physikalische und chemische Sterilisationsmethoden

Physikalische Methoden:

- Verbrennen (komplette Zerstörung biologischer Substanzen)
- Ausglühen (z. B. Metallinstrumente)
- Heißluftsterilisation (160 °C, 2 Stunden)
- Autoklavieren (121 °C, 2 bar, 15–20 min, gesättigter Dampf)
- Bestrahlung (UV- oder Gamma-Strahlen)

Chemische Methoden:

- Alkohole (70–80 % Ethanol oder Isopropanol)
- Oxidationsmittel (z. B. Wasserstoffperoxid)
- Halogene (z. B. Chlorverbindungen)
- Invertseifen (Seifen mit Quats)

Prüfungsfragen zu Sterilisation und Desinfektion:

Prüfungsfrage (Oktober 2024):

Welche Aussagen zur Aufbereitung von Medizinprodukten sind korrekt?

A) Ziel der Desinfektion ist die Herstellung von Keimfreiheit.

B) Die Reinigung dient der Entfernung sichtbarer Verschmutzungen und der Reduktion der Keimzahl.

C) Die Reinigung kann die Desinfektion vollständig ersetzen.

D) Sterilisation ist erforderlich bei invasiv eingesetzten Medizinprodukten.

Antwort:

→ B und D sind richtig.

Erklärung:

- Reinigung = Basismaßnahme vor Desinfektion und Sterilisation
- Invasiv verwendete Instrumente müssen sterilisiert werden.

---

4. Händehygiene und ihre Durchführung

Zwei Arten der Händehygiene:

- Hygienische Händedesinfektion: vor und nach Patientenkontakt, 30 Sekunden
- Chirurgische Händedesinfektion: vor Operationen oder Injektionen, 3–5 Minuten

Ablauf hygienische Händedesinfektion:

1. Hände trocken.
2. 3–5 ml Desinfektionsmittel in die Handfläche geben.
3. 30 Sekunden gründlich einreiben.

Prüfungsfragen zur Händehygiene:

Prüfungsfrage (März 2025):

Welche der folgenden Aussagen trifft/treffen zu?

Eine hygienische Händedesinfektion ist erforderlich:

1. Vor der Zubereitung von Infusionen
2. Nach körperlicher Untersuchung eines Patienten
3. Nach dem Ausziehen von Handschuhen

Antwort:

→ Alle Punkte sind korrekt.

Erklärung:

Kontamination kann sowohl über Handschuhe als auch direkte Berührung erfolgen → Händedesinfektion bleibt immer Pflicht!

---

5. Hygieneplan, Sachkundenachweis, Meldepflichten

Wichtige Pflichten:

- Erstellung eines schriftlichen Hygieneplans, wenn Haut oder Schleimhaut verletzt werden kann.
- Sachkundenachweis (mind. 40 Stunden) notwendig bei der Aufbereitung wiederverwendbarer Medizinprodukte.
- Meldepflicht an Gesundheitsamt bei Aufnahme invasiver Tätigkeiten (z. B. Injektionen, Akupunktur).

Prüfungsfragen zu Hygienevorschriften:

Prüfungsfrage (März 2024):

Welche Maßnahmen zur Infektionsprävention in der Praxis einer Heilpraktikerin/eines Heilpraktikers sind richtig?

1. Hände- und Wäschehygiene
2. Hautdesinfektion
3. Instrumentenaufbereitung
4. Flächendesinfektion und -reinigung
5. Abfallentsorgung

Antwort:

→ E – 1-5, alle sind richtig.

Erklärung:

Alle genannten Hygienemaßnahmen gehören zu den Basisanforderungen in der Heilpraktikerpraxis.

---

6. Raum-, Sputum-, Stuhl- und Wäschedesinfektion

Bereich	Besonderheit
Raumdesinfektion	nach infektiösen Patienten erforderlich
Sputumdesinfektion	bei Tuberkuloseverdacht
Stuhldesinfektion	Norovirus, Rotavirus – hohe Infektionsgefahr
Wäschedesinfektion	Kochwäsche (≥ 60 °C) + Desinfektionswaschmittel

---

Prüfungsfragen zu Flächen- und Raumdesinfektion:

Prüfungsfrage (Oktober 2024):

Welche Aussagen zur Flächendesinfektion sind korrekt?

A) Flächen müssen vollständig benetzt werden.

B) Eine Flächendesinfektion ersetzt die Händedesinfektion.

C) Einwirkzeiten sind bei der Flächendesinfektion nicht wichtig.

D) Sichtbare Verschmutzungen können vor der Desinfektion bleiben.

Antwort:

→ A ist richtig.

Erklärung:

Nur vollständige Benetzung und die Einhaltung der Einwirkzeit garantieren eine wirksame Desinfektion.

PRÜFUNGSFRAGEN (Antworten Sie diese ohne die Antworten zu schauen)

Prüfungsfragen zu Grundlagen Hygiene:

Frage (HP Oktober 2022):

Welche der folgenden Aussagen trifft/treffen zu? Eine hygienische Händedesinfektion ist erforderlich:

1. Vor der Zubereitung von Infusionen
2. Bei invasiven Maßnahmen, z. B. Blutentnahme
3. Nach der Versorgung einer Wunde
4. Nach der körperlichen Untersuchung eines Patienten
5. Nach dem Ausziehen von Schutzhandschuhen bei Erregerkontakt

Antwort:

→ E – 1–5 sind richtig.

Erklärung:

Händedesinfektion ist essenziell bei jeder Kontamination oder Infektionsgefahr.

Prüfungsfragen zu Desinfektion/Sterilisation:

Frage (HP März 2024):

Welche Aussagen zu Reinigung, Desinfektion und Sterilisation sind korrekt?

A) Ziel der Desinfektion ist Keimfreiheit.

B) Ziele der Reinigung sind sichtbare Sauberkeit und Keimreduktion.

C) Ziel der Sterilisation ist Keimfreiheit.

D) Reinigung ersetzt die Desinfektion.

Antwort:

→ B und C sind richtig.

Erklärung:

Desinfektion senkt Keimzahl – Sterilisation eliminiert alle Keime inkl. Sporen.

Prüfungsfragen zu Pflicht Heilpraktiker und Hygieneplan:

Frage (HP März 2024):

Welche Maßnahmen zur Infektionsprävention sind richtig?

1. Hände- und Wäschehygiene
2. Hautdesinfektion
3. Instrumentenaufbereitung
4. Flächendesinfektion und -reinigung
5. Abfallentsorgung

Antwort:

→ E – alle sind richtig.

Erklärung:

Alle Hygienemaßnahmen zusammen verhindern Infektionen und sind Pflicht.

Zusammenfassung

HYGIENE FÜR HEILPRAKTIKER

Folie 1: Titel

HYGIENE – DEIN UNSICHTBARER SCHUTZSCHILD

Heilpraktiker Grundlagenkurs

Folie 2: Lernziele

Am Ende dieses Tages kannst du:

- Grundregeln der Hygiene verstehen
- Desinfektion und Sterilisation unterscheiden
- Praktische Hygienemaßnahmen umsetzen
- Rechtliche Vorgaben sicher einhalten

GRUNDLAGEN DER HYGIENE

Folie 3: Hygiene – was bedeutet das?

Definition:

Hygiene = Schutz vor Krankheiten durch Sauberkeit.

Merken:

H.E.L.P. = Heilen, Eigenschutz, Leben erhalten, Pflicht erfüllen

---

Folie 4: Warum Hygiene?

- Verhindert Infektionen

- Schützt Patienten und Behandler
- Verhindert teure Behandlungsfehler
- Gesetzliche Pflicht (IfSG)

STERILISATION UND DESINFEKTION

Folie 5: Grundbegriffe einfach erklärt

- Desinfektion: Keime entfernen → aber nicht alle.

  (Vergleich: Boden aufwischen = sauber, aber nicht steril.)

- Sterilisation: Alle Keime weg, sogar Sporen.

  (Vergleich: Boden mit 1000°C abbrennen = 100% keimfrei.)

Mnemotechnik:

Desi = “Dezimiere Keime” – Steri = “Säubere komplett”

Folie 6: Physikalische Methoden

Wie töten wir Keime mit Temperatur oder Strahlung?

- Verbrennen (z. B. Einwegmaterialien)
- Ausglühen (Metallspitzen)
- Abflammen (Impfnadeln)
- Filtration (z. B. Wasserfilter)
- Auskochen (100°C, 30 Min.)
- Autoklavieren (121°C, 2 bar, 20 Min.)
- UV-/Gamma-Bestrahlung

Merken:

VAAF-AUB (Verbrennen, Ausglühen, Abflammen, Filtration, Auskochen, Autoklavieren, Bestrahlen)

Folie 7: Chemische Methoden

Mit Chemie Keime bekämpfen:

- Alkohole (schnelle Desinfektion Haut/Fläche)
- Säuren & Alkalien (zerstören Zellwände)
- Oxidationsmittel (H_2O_2 = Wasserstoffperoxid)
- Halogene (Chlor, Jod)
- Metalle (Silbernitrat tötet Bakterien)
- Invertseifen (quaternäre Ammoniumverbindungen)

Mnemotechnik:

“A-SOHMI” (Alkohol, Säure, Oxidation, Halogen, Metall, Invertseife)

PRAXIS DER DESINFEKTION

Folie 8: Händedesinfektion

Zwei Typen:

- Hygienisch: Vor/nach Patientenkontakt (30 Sek.)
- Chirurgisch: Vor OP oder Injektion (3–5 Min.)

Ablauf hygienisch:

1. Hände trocken
2. 3–5 ml Desinfektionsmittel
3. 30 Sekunden alle Flächen einreiben

Merken:

3-5-30-Regel

Folie 9: Flächendesinfektion

- Vor Arbeitsbeginn
- Nach jedem Patientenkontakt
- Nach sichtbarer Verschmutzung

Tipp:

Immer vollständig benetzen – keine trockenen Stellen!

Folie 10: Desinfizierende Reinigung

- Reinigung = Schmutz weg
- Desinfektion = Keime weg
- Beides nacheinander!

Folie 11: Raum-, Sputum-, Stuhl-, Wäschedesinfektion

Bereich	Besonderheit
Raum	Komplett nach infektiösen Patienten
Sputum	TB-Verdacht = höchste Vorsicht
Stuhl	Noroviren: hochansteckend, eigene Desinfektion nötig
Wäsche	60°C + Desinfektionswaschmittel

RECHTLICHE GRUNDLAGEN

Folie 12: Meldepflicht – was muss gemeldet werden?

- Injektionen
- Infusionen
- Aderlass
- Akupunktur

WICHTIG:

Vor Beginn beim Gesundheitsamt anmelden!

Merken:

“IIAA” – Injektion, Infusion, Aderlass, Akupunktur

Folie 13: Hygieneplan

Pflicht, wenn:

- Verletzung der Haut möglich ist
- Schleimhaut verletzt werden kann

Muss enthalten:

- Händedesinfektion
- Flächendesinfektion
- Instrumentenaufbereitung
- Umgang mit infektiösen Patienten

Folie 14: Händehygiene konkret

Regel:

Vor jeder hautverletzenden Tätigkeit:

- Hygienische Händedesinfektion
- Keimarme Einmalhandschuhe tragen

Mnemotechnik:

“Doppelte Schutzschicht: Desinfizieren + Handschuhe”

Folie 15: Sachkundenachweis

Wer braucht den?

- Alle, die wiederverwendbare Instrumente benutzen.
- Dauer: 40 Stunden Kurs.

Alternative:

- Nachweis durch medizinische Ausbildung möglich (z. B. MFA, Pflegekraft).

SCHLUSS UND WICHTIGE MERKSÄTZE

Folie 16: Zusammenfassung High-Yield

High-Yield für Praxis und Prüfung:

- Hygiene = Leben schützen
- Desinfektion ≠ Sterilisation
- 3-5-30 bei Händedesinfektion
- Meldung invasiver Tätigkeiten
- Hygieneplan = Pflicht
- Sachkundenachweis bei Instrumentenaufbereitung

Folie 17: Abschlussmotivationssatz

„Deine Hände sind deine besten Waffen – Hygiene ist deine beste Rüstung!“

FERTIG!