

Revalidatiecentra

# Lichaamsverzorging revalidant

Werkgroep Infectie Preventie  
Vastgesteld: oktober 2008  
Revisie: oktober 2013

Aan de samenstelling van deze richtlijn werd, behalve door leden en medewerkers van de WIP, bijgedragen door: de heer dr. G.I. Andriessse (arts-microbioloog), Amphia Ziekenhuis, Breda; de heer drs. J.M. Kruitbosch (revalidatiearts), Revalidatiecentrum De Hoogstraat, Utrecht; mevrouw M. van Rijen (hygiënist), Amphia Ziekenhuis, Breda en mevrouw N. Tuinman (coördinerend verpleegkundige), De Vogellanden, Centrum voor Revalidatie, Zwolle.

Dit document mag vrijelijk worden vermenigvuldigd en verspreid mits de Werkgroep Infectie Preventie (WIP) als bron wordt vermeld.

Controleer altijd of dit de meest recente versie van de richtlijn is (zie [www.wip.nl](http://www.wip.nl)). De WIP acht zich na het verschijnen van een update niet meer verantwoordelijk voor gedateerde versies van de richtlijn.

Opmerkingen over deze richtlijn ontvangen wij graag via [stwip@wip.nl](mailto:stwip@wip.nl).

#### **DISCLAIMER**

De geplande revisiedatum van deze richtlijn is verlopen. Dit kan betekenen dat de richtlijn (op onderdelen) niet meer up-to-date is. De gebruiker dient daarom zelf na te gaan of deze richtlijn nog up-to-date is.

Werkgroep Infectie Preventie  
p/a Leids Universitair Medisch Centrum  
Kamer C7-P-131  
Postbus 9600  
2300 RC Leiden  
T 071 52 66 756  
E [stwip@wip.nl](mailto:stwip@wip.nl)  
I [www.wip.nl](http://www.wip.nl)

# Inhoudsopgave

1	Algemeen.....	1
2	Algemene verzorging .....	1
2.1	Lichamelijke verzorging revalidant.....	1
2.2	Douchen.....	1
2.3	Bad nemen .....	2
2.4	Wassen aan de wastafel .....	2
2.5	Andere huidverzorging.....	2
2.6	Haarverzorging en scheren .....	2
2.7	Mondverzorging .....	3
2.8	Nagelverzorging .....	4
2.9	Persoonlijke hygiëne revalidant.....	4
2.10	Contactlenzen .....	4
2.11	Hoortoestellen.....	5
3	Decubituspreventie .....	6
4	Druk- en steunverbanden.....	6
5	Linnengoed.....	6
5.1	Afvoer van linnengoed .....	7
Bijlage A.	Literatuur .....	8



# 1 Algemeen

In het revalidatiecentrum wordt ernaar gestreefd dat de revalidant zo veel mogelijk (opnieuw) leert voor zichzelf te zorgen.

- ☞ De basis voor infectiepreventie bij de uitvoering van de in deze richtlijn beschreven handelingen is gelegen in naleving van de algemene voorzorgsmaatregelen, zoals door de Werkgroep Infectiepreventie (WIP) beschreven in de richtlijnen: *Persoonlijke hygiëne medewerkers*, *Infecties medewerkers*, *Handhygiëne*, *Persoonlijke beschermingsmiddelen* en *Accidenteel bloedcontact algemeen*.

## 2 Algemene verzorging

- ☞ De toiletartikelen voor algemene lichaamsverzorging zijn schoon en revalidant-gebonden.
- ☞ Bij iedere wasbeurt moet een schoon washandje en een schone handdoek worden gebruikt. Vuil geworden washandjes en handdoeken worden vervangen.

- ☞ De huid moet altijd goed gedroogd te worden om smetten te voorkomen.

Motivatie: Smetten verhoogt de kans op infecties doordat de huid wordt beschadigd.

### 2.1 Lichamelijke verzorging revalidant

#### 2.1.1 Zeep

- ☞ Iedere revalidant moet over eigen zeep beschikken, bij voorkeur vloeibaar.
- ☞ Om de groei van micro-organismen in de zeep te remmen, moet vaste zeep zo droog mogelijk worden bewaard.  
Zeepdozen voorzien van een rooster verdienen de voorkeur. Na iedere wasbeurt worden de doos en het rooster zo goed mogelijk uitgespoeld en afgedroogd.
- ☞ Verontreinigde zeep (bijvoorbeeld met feces) mag niet worden gebruikt en moet verwijderd worden.
- ☞ Na het wassen met zeep moet de huid goed worden afgespoeld.  
Motivatie: Zeepresten en het gebruik van te veel zeep leidt tot uitdroging van de huid, die daardoor gemakkelijk beschadigt raakt.
- ☞ Na iedere lichaamsverzorging van een revalidant past de zorgverlener handhygiëne toe.

### 2.2 Douchen

- ☞ Een douchestoel wordt na afloop van iedere wasbeurt afgespoeld met heet water uit de doucheslang en afgedroogd.
- ☞ De douchecel wordt na afloop van iedere wasbeurt met heet kraanwater afgespoeld.
- ☞ Na de laatste douchebeurt wordt de douchecel na het afspelen gedroogd.

Motivatie: Om schimmelgroei tegen te gaan.

- ☞ De douchemat moet na het schoonspoelen te drogen worden gehangen.

Motivatie: Om schimmelgroei tegen te gaan.

## 2.3 Bad nemen

- ☞ Na afloop wordt het bad met een sopdoek gereinigd, goed nagespoeld en gedroogd.

De sopdoek wordt na gebruik weggegooid of gewassen op een temperatuur van tenminste 60°C.

## 2.4 Wassen aan de wastafel

Voor een wasbeurt aan de wastafel wordt gebruik gemaakt van stromend water.

- ☞ Na gebruik de wastafel reinigen en afdrogen.
- ☞ Als gebruik wordt gemaakt van een stoel tijdens het wassen wordt de zitting/rug- en armleuningen gereinigd (en zonodig ook de overige delen van de stoel), waarna de stoel afgedroogd wordt.

### 2.4.1 Procedure

- ☞ De revalidant wordt van boven naar onderen gewassen om te voorkomen dat micro-organismen afkomstig uit de anaalstreek over het hele lichaam worden verspreid.
- ☞ Het mannelijke geslachtsdeel wordt gewassen (zeep is optioneel), wanneer de voorhuid is teruggetrokken.

Vergeet niet na het wassen de voorhuid weer op zijn plaats terug te schuiven.

- ☞ Het vrouwelijke geslachtsdeel wordt van boven (buikzijde) naar beneden (anus) gewassen (zeep is optioneel).

Motivatie: Dit ter voorkoming dat micro-organismen vanuit de anus in de urinewegen terecht komen.

- ☞ Wanneer het onderlichaam door incontinentie bevuild is met urine en/of feces, wordt dit eerst gereinigd en vervolgens met schoon water een wasbeurt gegeven.
- ☞ De huid moet altijd goed gedroogd te worden om smetten te voorkomen.

Motivatie: Smetten verhoogt de kans op infecties doordat de huid wordt beschadigd.

De handdoek en het washandje gaan hierna direct de wasmand in.

## 2.5 Andere huidverzorging

- ☞ De huid van de revalidant moet regelmatig gecontroleerd te worden op huidbeschadigingen en irritaties.

## 2.6 Haarverzorging en scheren

- ☞ De haarkam en -borstel zijn revalidantgebonden en worden bij zichtbaar vuil met water en zeep gereinigd.

Omdat houten haarborstels moeilijk te reinigen zijn, kunnen beter kunststof borstels worden gebruikt.

- ☞ Het haar van de revalidant moet tenminste eenmaal per week of vaker wanneer nodig met shampoo worden gewassen.

Na het wassen moeten de haren goed worden nagespoeld. Shampooresten en het gebruik van teveel shampoo hebben dezelfde uitwerking als teveel zeep, de huid droogt er door uit en raakt zo gemakkelijk beschadigd.

- ☞ Zowel bij het kammen als bij het wassen moeten de losse haren worden opgevangen en in de afvalbak worden gedeponeerd.

- ☞ Baarden moeten minstens eenmaal per week, of vaker wanneer nodig, bijvoorbeeld na morsen, met shampoo worden gewassen.

Na het wassen wordt de baard goed uitgespoeld.

- ☞ Het gebruik van scheermessen is niet aan te bevelen omdat hierdoor wondjes kunnen worden veroorzaakt, welke gemakkelijk infecteren.

- ☞ Het scheerapparaat is revalidantgebonden en wordt na ieder gebruik boven een afvallemmer uitgeborsteld.

## 2.7 Mondverzorging

Een revalidant die intensieve verzorging nodig heeft of sondevoeding krijgt kan of wil dikwijls niets meer via de mond tot zich nemen. Mondverzorging verkleint de kans dat de mondholte geïnfecteerd wordt en verminderde hierdoor de kans op luchtweg-infecties. Mondverzorging bestaat uit het poetsen met tandpasta van het gebit en het tandvlees, maar ook uit het reinigen van de mondholte.

### 2.7.1 Reiniging van de mondholte

- ☞ Bij uitvoering door verzorgende worden handschoenen gedragen.
- ☞ Bij revalidanten die niet kunnen of mogen eten, wordt de mondholte driemaal per dag door een verzorgende gereinigd.
- ☞ Bij revalidanten die niet kunnen of mogen eten wordt de tong schoongemaakt met een gaas.
- ☞ Bij revalidanten die niet kunnen of mogen eten worden de mondslijmvliezen schoon, vochtig en intact gehouden.

Het dagelijks spoelen van de mond met chloorhexidine 0,2% is onaangenaam, kan leiden tot smaakverlies en verkleuring van de tanden. Alleen als de tandarts dit voorschrijft en als de revalidant de vloeistof niet inslikt kan gespoeld worden met chloorhexidine. Tegen het gebruik van mondwater zonder desinfectans bestaat geen bezwaar.

### 2.7.2 Reiniging natuurlijk gebit

- ☞ Het natuurlijke gebit moet tweemaal per dag worden gereinigd om voedselresten en plaque te verwijderen: na het ontbijt en voor het slapen gaan.

Op voorschrift van de tandarts wordt inter-dentaal (tussen de tanden) geflost of geraagd.

- ☞ Na gebruik wordt de tandenborstel uitgespoeld en met de borstel omhoog bewaard om te laten drogen.

Een kleine tandenborstel is te verkiezen boven een grote, omdat daarmee alle hoeken van het gebit kunnen worden bereikt. Een zachte borstel voorkomt beschadiging van het tandvlees. In verband met slijtage van de borstel is in de regel vervanging om de drie maanden gewenst.

- ☞ De verzorgende past na iedere mondverzorging handhygiëne toe.

Zie hiervoor de WIP-richtlijn: *Handhygiëne*.

### 2.7.3 Reiniging gebitsprothese

Voor een gebitsprothese is een goede controle en tijdige vervanging door de tandarts van belang. Lang gedragen protheses zijn minder goed te reinigen. Vaak past de prothese na enige jaren niet meer, doordat de kaak in de tijd van vorm verandert.

- ☞ Bij uitvoering door verzorgende worden handschoenen gedragen.
- ☞ Minstens eenmaal per dag worden onder- en/of bovenprothese gereinigd met een gebitsreiniger en tandenborstel.
- ☞ Gebitsbakjes worden dagelijks omgespoeld met heet kraanwater of dagelijks gewassen in de vaatwasser en gedroogd. Wegwerpgebtsbakjes worden eenmalig gebruikt en daarna weggegooid.
- ☞ De verzorgende past na iedere mondverzorging handhygiëne toe.

Zie hiervoor de WIP-richtlijn: *Handhygiëne*.

## 2.8 Nagelverzorging

- ☞ Vóór het knippen van de nagels moeten deze schoon (gemaakt) zijn. Hiervoor wordt een kunststof nagelborsteltje en zeep gebruikt.
- ☞ Teen- en vingernagels worden regelmatig geknipt. Vingernagels worden geknipt met een nagelschaar, teennagels met een nageltang. Om ingroei van nagels te voorkomen, worden de vingernagels rond afgeknipt en de teennagels recht.
- ☞ De tang of de schaar wordt na het knippen huishoudelijk gereinigd.
- ☞ Nagels van diabetici moeten door een deskundige (pedicure of podotherapeut) worden verzorgd.

Zie hiervoor de richtlijn: *Veilig werken voor pedicures en podotherapeuten*.

## 2.9 Persoonlijke hygiëne revalidant

- ☞ Na ieder toiletbezoek wast de revalidant de handen met water en zeep.

## 2.10 Contactlenzen

Uitgangspunt is dat de revalidant in principe zorg draagt voor (het onderhoud van) diens eigen contactlenzen. Wanneer dit niet mogelijk is worden contactlenzen door de revalidant bij voorkeur niet gedragen. Als de revalidant desondanks toch contactlenzen draagt, die dan dus door anderen moeten worden verzorgd, gelden de onderstaande regels.

- ☞ Alle voor het onderhoud benodigde artikelen zijn revalidantgebonden.
- ☞ Iedere revalidant die contactlenzen draagt, moet beschikken over een eigen zuignapje.



- ☞ Voor het inbrengen van contactlenzen wordt handhygiëne toegepast.

Motivatie: Het dragen van contactlenzen vereist een goede hygiëne. De lenzen en de handen die de lens inbrengen kunnen kleine beschadigingen op het oog en daarmee infecties veroorzaken.

- ☞ Voor het (opnieuw) inbrengen worden de lenzen eerst onder stromend lauwwarm kraanwater (harde lenzen) of in inzetvloeistof (zachte lenzen) gespoeld.
- ☞ Voor het (opnieuw) inbrengen worden de lenzen eerst gespoeld in lauwwarm kraanwater (harde lenzen) of in inzetvloeistof (zachte lenzen). Het kraanwater wordt getapt uit een flink stromende kraan.
- ☞ De contactlenzen worden rustend op de vinger ingebracht, zodat de kant van de lens die op het hoornvlies rust, niet wordt aangeraakt.
- ☞ Contactlenzen worden uitsluitend met speciaal daarvoor bestemd schoonmaakmiddel gereinigd.
- ☞ Na reiniging met het schoonmaakmiddel moeten de lenzen afgespoeld worden met lauw warm kraanwater. Het kraanwater wordt getapt uit een flink stromende kraan.

NB: Wanneer een vloeistof wordt gebruikt met een gecombineerde werking (reinigen, bewaren en desinfecteren), worden de lenzen gespoeld met lauw warm kraanwater voordat ze worden ingedaan. Het kraanwater wordt getapt uit een flink stromende kraan.

- ☞ De pipet en de opening van het flesje bewaarvloeistof mogen niet in contact komen met de lens, vingers of andere zaken.

Motivatie: Door contaminatie kan bacteriële groei optreden in de vloeistof.

Bewaarvloeistof wordt gebruikt voor de opslag en desinfectie van lenzen. Goede desinfectie vindt echter alleen plaats wanneer vooraf goede reiniging heeft plaatsgevonden.

- ☞ Bewaarvloeistof en schoonmaakmiddel worden volgens voorschrift bewaard.

Het is van belang te letten op de uiterste houdbaarheid en de houdbaarheid na opening. Na opening mogen bewaarvloeistoffen hooguit drie maanden bewaard worden, inzetvloeistof hooguit één maand. Noteer de datum van opening op het flesje.

- ☞ Lenshouders en -etuis worden dagelijks schoongemaakt.

Hiervoor wordt warm, stromend kraanwater, een mild wasmiddel en een zacht (revalidantgebonden) borsteltje gebruikt, waarna houder en etui goed gedroogd worden.

## 2.11 Hoortoestellen

- ☞ Het oorstukje van een hoortoestel wordt eenmaal per twee weken schoongemaakt of vaker wanneer er veel oorsmeer geproduceerd wordt.

### 2.11.1 Schoonmaken oorstukje

- Week het oorstukje in lauw water met afwasmiddel (20-30 minuten).
- Spoel het oorstukje af onder stromend kraanwater.
- Droog het oorstukje af en blaas het geluidskanaal en (indien aanwezig) het ontluichtingskanaal droog met een speciaal balgje (niet met de mond!).

### 2.11.2 Schoonmaken en desinfectie van hoortoestellen

- Men kan ook gebruik maken van speciale reinigungssets voor hoortoestellen.

Het hoortoestel zelf mag niet nat worden.

### 2.11.3 Schoonmaken en desinfectie minihoortoestellen

- Minihoortoestellen worden direct in het oor gedragen en mogen niet in water gelegd worden.
- Vuil in de telefoonopening kan verwijderd worden met een bijgeleverd lusje of een wegwerpnaaldje.
- Desinfecteer met een tissue met alcohol 70% en droog hierna aan de lucht.
- Na gebruik wordt het lusje eerst gereinigd en vervolgens gedesinfecteerd met alcohol 70% en aan de lucht gedroogd.
- Plaats de gebruikte naald in de naaldcontainer.

## 3 Decubituspreventie

Decubituspreventie berust op goed beleid, zoals keuze van de juiste matrassen, regelmatige verandering van positie, een goede persoonlijke hygiëne, goede voeding, alsmede controle en verzorging van de huid van de revalidant. Het is onduidelijk of het gebruik van schapenvachten bijdraagt aan decubituspreventie. Als ze gebruikt worden dan geldt de onderstaande aanbeveling [1].

- ☞ Verweking van de huid door urine en feces moet worden voorkomen.

Niet in een nat bed laten liggen, tijdig opruimen van feces bij incontinentie en vervangen van incontinentiemateriaal en beddengoed, goed reinigen en drooghouden van de huid en mobilisatie dragen hiertoe bij (zie de WIP-Revalidatie-serie richtlijn: *Verzorging bij urinelozing en stoelgang*).

Bij het verzorgen van eenmaal ontstane defecten is het voorkómen van infectie belangrijk. Dergelijke infecties worden vooral veroorzaakt door fecale micro-organismen.

- ☞ Schapenvachten moeten wasbaar zijn op 60°C.

Natuurlijke schapenvachten worden vuil, raken besmet en zijn moeilijk te reinigen.

## 4 Druk- en steunverbanden

- ☞ Voor het aanleggen van druk- en steunverbanden worden wegwerpverbandmaterialen gebruikt, of her te gebruiken materialen die in de wasmachine kunnen worden gereinigd.

## 5 Linnengoed

In de WIP-richtlijn: *Linnengoed*, staan de eisen beschreven die aan het linnengoed in een ziekenhuis worden gesteld. Deze eisen zijn ook gedeeltelijk van toepassing in revalidatiecentra.

## 5.1 Afvoer van linnengoed

- ☞ Er wordt gebruik gemaakt van stevige, vochtwerende, stofdichte, goed afsluitbare zakken van wasbaar of wegwerpmateriaal. De zakken moeten schoon zijn. De was wordt direct aan het bed van de patiënt in de waszak gedaan.

Het is ongewenst dat er met vuil wasgoed over de gang wordt gelopen.

- ☞ Waszakken moeten op een droge plaats worden bewaard.
- ☞ De zakken waarin het wasgoed wordt verzameld moeten in makkelijk hanteerbare houders worden opgehangen.
- ☞ De houders moeten voorzien zijn van deksels die van goed reinigbaar materiaal zijn gemaakt en wekelijks worden gereinigd.
- ☞ Tijdens het verplaatsen van de houders met de waszakken, mogen de waszakken niet over de vloer slepen.
- ☞ Na het hanteren van vuil wasgoed moet handhygiëne worden toegepast.
- ☞ De waszakken worden, direct als ze vol zijn, op de afdeling gesloten.
- ☞ Afgesloten volle zakken worden minstens éénmaal per dag van de afdeling weggehaald.

Motivatie: Het ontstaan van stank, schimmel (“weervlekken”) en dergelijke moet worden voorkomen.

## **Bijlage A.      Literatuur**

- 1 Kwaliteitsinstituut voor de gezondheidszorg CBO. Decubitus. Tweede herziening, 1-123. 2002. Van Zuiden Communications, Alphen aan den Rijn.