

## Hjælper det?

Forsøgsprojekter har vist, at færre børn – op til 30 % færre – bliver smittet med infektioner, hvis børn og voksne vasker hænder.

De yngste børn er mest udsatte for infektioner. Det har forskning vist – også i Danmark.

## Kan I gøre mere for at undgå smitsomme sygdomme?

Sunde børn er mindre modtagelige for infektioner. Derfor kan:

- søvn nok
- sunde mad- og drikkevaner
- at følge helbredsundersøgelser- og vaccinationsprogram
- og en times leg udendørs hver dag

også hjælpe med til at styrke sundheden.

## Færre infektioner i dagplejen

## HVAD KAN DU GØRE SOM MOR ELLER FAR?



I dagplejen arbejder dagplejeren med at gøre håndhygiejnen så god som mulig.

Hensigten er at nedsætte antallet af infektionssygdomme blandt børn og voksne.

I dagplejen vasker børnene hænder:

- før de skal spise
- når de har været på toilettet
- når de har snavsede fingre.

Har I de samme vaner hjemme hos jer?

Hvis I følger det op med også at vaske hænder hjemme, er det lettere for jeres barn at få gode rutiner omkring håndvask og håndhygiejne.

Det er især sygdomme som forkølelse, halsbetændelse, mange former for diarre, opkastning, børnesår, børneorm og øjenbetændelse, som børnene - og de voksne – smittes med.

Børnene lærer af at se, hvornår og hvordan voksne vasker hænder. For både voksne og større børn er det en god idé at vaske hænder:

- efter toiletbesøg
- før madlavning
- under madlavning, når man skifter arbejdsgang
- før spisning
- efter næsepudsning
- når man kommer ind fra haven eller hjem fra arbejde eller daginstitution - dagpleje
- når hænderne er snavsede.

