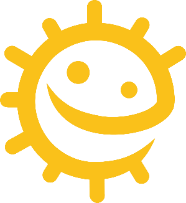
**Yngre årgange**



## Vidensopdatering til lærere/pædagoger

### Håndhygiejne

Børneinstitutioner og skoler er et paradis for potentielt skadelige mikroorganismer, som hurtigt kan spredes fra barn til barn via berøring. Vores hud udskiller naturlig fedt, som er med til at holde huden fugtig og forhindre, at den bliver for tør. Men dette fedt er et perfekt sted for mikroorganismer at vokse og formere sig i og hjælper mikroorganismer med at "klæbe" til vores hud. Selv om vores hænder naturligt er dækket af nyttige bakterier (også kendt som flora), kan vores hænder nemt opsamle skadelige mikroorganismer fra vores omgivelser (f.eks. hjem, skole, have, dyr, kæledyr, mad), overflader og endda gennem luften. Disse skadelige mikroorganismer kan hurtigt og nemt spredes fra barn til barn via berøring og kan gøre os syge, hvis de indtages. Håndvask er en af de bedste måder at forhindre, at skadelige mikroorganismer spredes, og at vi bliver syge.

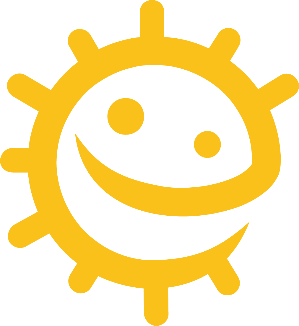
Håndvask alene i vand, selv koldt vand, fjerner synligt snavs og skidt. Sæbe er imidlertid nødvendig for at bryde fedtet på overfladen af hænderne, som fanger mikroorganismer. Hånddesinfektionsmidler kan anvendes, når der ikke er sæbe og vand til rådighed men det virker bedst når hænderne ikke er synligt snavsede eller fugtige. Når det er muligt, bør der anvendes flydende sæbe i stedet for fast sæbe, især hvis flere personer bruger sæbe.

Hænderne bør vaskes:

* Før, under og efter tilberedning af mad
* Efter toiletbesøg - efter at have været i kontakt med dyr eller dyreekskrementer
* Efter at have hostet, nyst eller pudset næse
* Hvis man er syg eller har været i nærheden af syge mennesker
* Efter udendørs leg

Hånddesinfektionsmidler med ingredienser som alkohol virker ved at ødelægge mikroorganismerne, men de dræber ikke alle typer skadelige mikroorganismer og de fjerner ikke synligt snavs eller andre stoffer fra vores hud. Derfor bør hånddesinfektionsmidler ikke anvendes efter toiletbesøg. Sundhedsstyrelsen anbefaler håndvask til børn.

**Yngre årgange**



# Spredning af infektioner: Hånd hygiejne

# Lektion 1: Håndhygiejne

Ved at deltage i dette klasserumsforsøg lærer børnene, hvorfor det er vigtigt at vaske hænder ordentligt, og de lærer den bedste metode og rækkefølge i en håndvask.



## Læringsudbytte

### All elever vil:

## - Forstå, at vi vasker hænder for at fjerne mikroorganismer.

## - Forstå rækkefølgen af håndvask og næsepudsning.

## - Forstå, hvordan man pudser næse for at minimere risikoen for smitteoverførsel.Fælles mål

### Kommunikation og sprogudvikling

### - Lytte og opmærksomhed

### - Forståelse

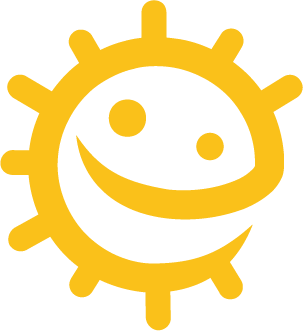
### - Tale

### Fysisk udvikling

### - Sundhed og egenomsorg

### Udtryksformer og begreber

### - Udforskning og brug af medier og materialer

 **Lektion 1: Håndhygiejne**

**Materialeforbrug**

**Øvelse: Ballonhænder**

#### Pr. barn

- Engangshandsker af plast/vinyl

#### Pr. gruppe eller klasse

- Vandbalje

- Vand

- Håndsæbe

- Afvaskbar sort tusch

### Ekstra øvelse: Håndvask og næsepudsning flashkort

#### Pr klasse/gruppe

- TS1 Håndvask og næsepudsning flashkort

### Ekstra øvelse: Læg billederne i rækkefølge

#### Per barn/gruppe

- SW1 Læg billederne i rækkefølge

- Limstifter og papir eller pap

### Ekstra øvelse: Afkrydsningsskema til håndvask

#### Per barn

- SW2 e-Bug Afkrydsningsskema for håndvask med sunde hænder

Supplerende materialer

- TS1 Håndvask og næsepudsning flashkort

- SW1Billedøvelse i rækkefølge - placer trinene i håndvask i den rigtige rækkefølge

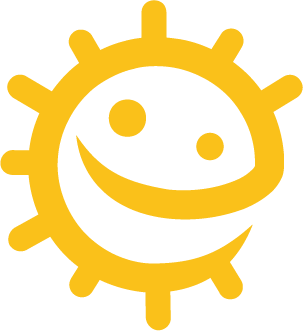
- SW2 e-bug Afkrydsningsskema for håndvask med sunde hænder

## Forberedelse

- Fyld en vandbalje med sæbevand

- Blæs vinylhandsker op med luft, og bind dem fast i bunden for at danne håndballoner

- Tegn cirkler og prikker på ballonhænderne med afvaskbar tusch for at illustrere mikroorganismer

**Lektion 1: Håndhygiejne**

## Nøgleord

## Hygiejne

## Sæbe

## Infektion Sundhed og sikkerhed

Check, at børnene ikke har allergi over for sæbe eller har følsom hud.

For sikker mikrobiologisk praksis i klasseværelset henvises til CLEAPPS

[www.cleapps.org.uk](http://www.cleapps.org.uk/)

## Weblinks

[www.e-Bug.eu/eng/EYS/lesson/Hand-Hygiene](file:///C:\Users\brieze.read\AppData\Roaming\Microsoft\Templates\www.e-Bug.eu\eng\EYS\lesson\Hand-Hygiene)

## Introduktion

## Når du introducerer eleverne til begrebet mikroorganismer, kan du orientere dig i afsnittet om læreropdatering for flere oplysninger.

## Begynd lektionen med at spørge, hvor mange børn der har vasket hænder i dag? Spørg dem, hvorfor de har vasket hænder (for at vaske snavs eller mikroorganismer, der måtte være på deres hænder, væk), og hvad der ville ske, hvis de ikke vaskede hænder (at de kunne blive syge, hvis de indtager de skadelige mikroorganismer der er på deres hænder).

## Tal med børnene om, at vi bruger vores hænder hele tiden, og at de opsamler millioner af mikroorganismer hver dag. Selv om mange af disse er harmløse, kan nogle af dem være skadelige. Forklar, at vi spreder vores mikroorganismer til vores venner og andre gennem berøring, og at det er derfor, vi vasker vores hænder.

## Beskriv de vigtigste tidspunkter, hvor vi bør vaske hænder (især efter toiletbesøg og før vi spiser).

## Forklar børnene, at de skal lave en øvelse der viser, hvordan mikroorganismer er over det hele på vores hænder, og hvordan vi bedst vasker dem af.

## Øvelse

1. Vis, hvordan man vasker tuschmærkerne på ballonhænderne af med sæbevand.
2. Giv hvert barn en ballonhånd, der er dækket af mikroorganismer (afvaskbar tusch ).
3. Børnene skal skiftes til at skrubbe tuschmærkerne grundigt af ballonhænderne i baljen med sæbevand.
4. Tal med børnene om, hvad de så. Hvor lang tid tog det, før alle mikroorganismerne var forsvundet? Hvorfor tror I, at det er vigtigt at vaske hænder? Hvis vi ikke havde brugt sæbe, ville det så have virket?

Børnene bør erfare, at det er meget nemmere at vaske tuschmærkerne af med sæbevand.

Besøg nu e-bug.eu/eng/EYS/ lesson/Hand-Hygiene for at finde en NHS-demonstration og UKHSA-sangen om håndvask, der kan hjælpe med at gøre den korrekte teknik mere mindeværdig for små hænder.

## Diskussion

1. Diskuter med børnene, hvor mikroorganismerne på ballonhænderne kan være kommet fra. Understreg over for børnene, at ikke alle mikroorganismerne på deres hænder er skadelige; der kan også være nyttige mikroorganismer på hænderne.
2. Understreg over for børnene, at vi skal vaske vores hænder ordentligt.
3. Understreg, at mikroorganismerne gerne gemmer sig mellem fingrene og under neglene.

Det er vigtigt at vide både HVORNÅR og HVORDAN vi vasker vores hænder ordentligt for at undgå at sprede mikroorganismer og potentielt smitte. Når man skal nyse, og man ikke har et papirlommetørklæde eller kan vaske hænder, kan en løsning være at nyse eller hoste på sit ærme eller i albuen.

## Supplerende øvelser

### Flashkort om håndvask og næsepudsning

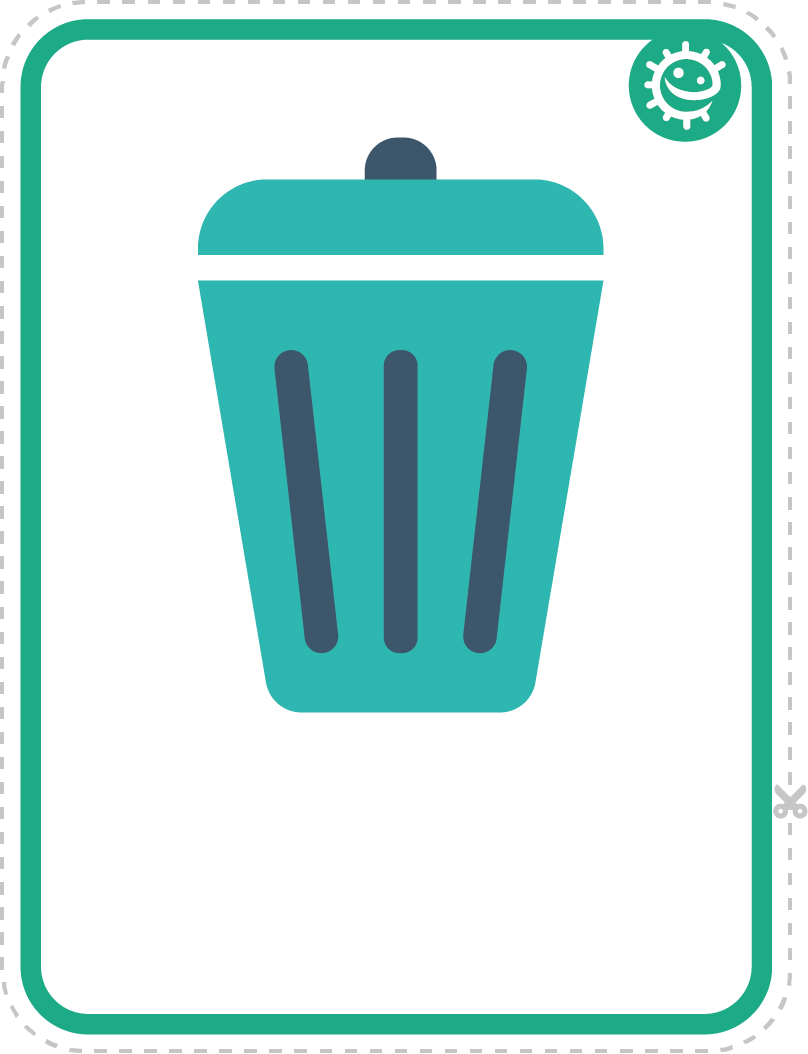
TS1 er en nyttig måde at understøtte læringen på. Kortene kan klippes ud og lamineres til senere brug eller vises på en whiteboardtavle. Bed børnene om at sætte navn på billedet, det rigtige ord står på kortet.

### Billedøvelse i rækkefølge

Giv SW1 til et barn eller en gruppe. Giv dem papir, karton og limstifter, og bed børnene om at sortere kortene i den rigtige rækkefølge og klistre dem på papiret eller kartonnen.

### Afkrydsningsskema til håndvask

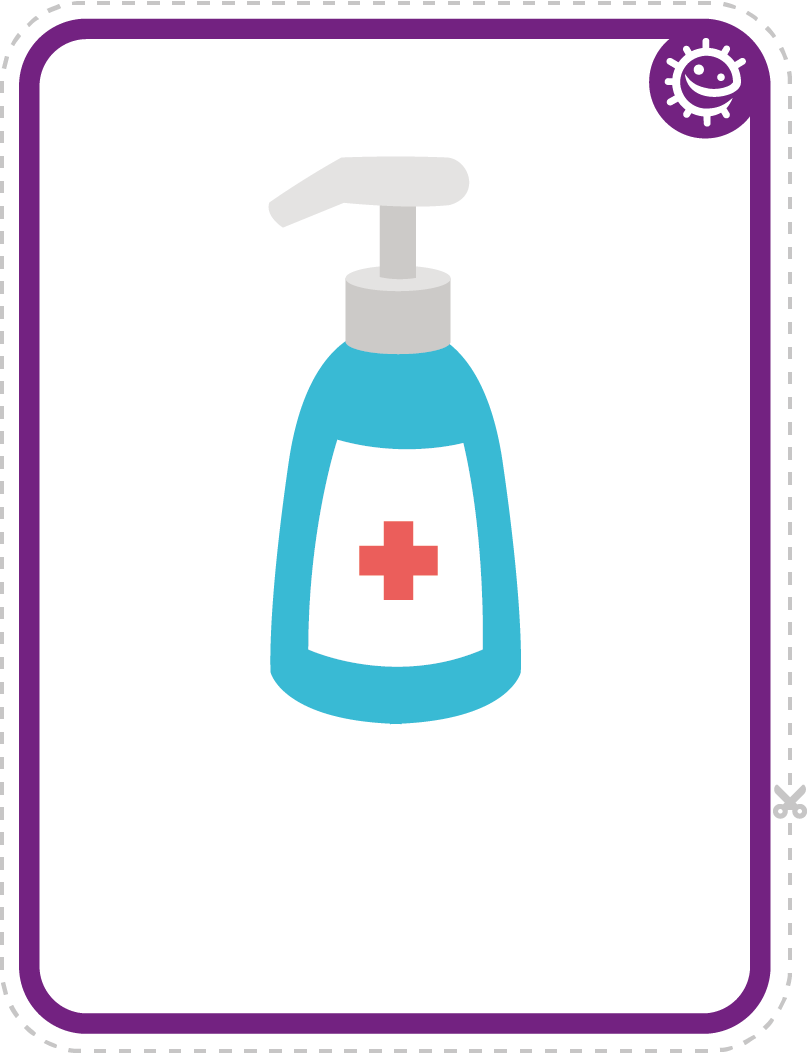
SW2 er et skema til håndvask, som giver børnene mulighed for at markere og holde styr på, hvor ofte de har vasket hænder i løbet af en skoleuge. Print arket ud og uddel det til hvert barn. Dette kan være en aktivitet, der kan bruges i klasseværelset eller tages med hjem for at styrke adfærden i forbindelse med håndvask.

## TS1 - Håndvask og næsepudsning - flashkort

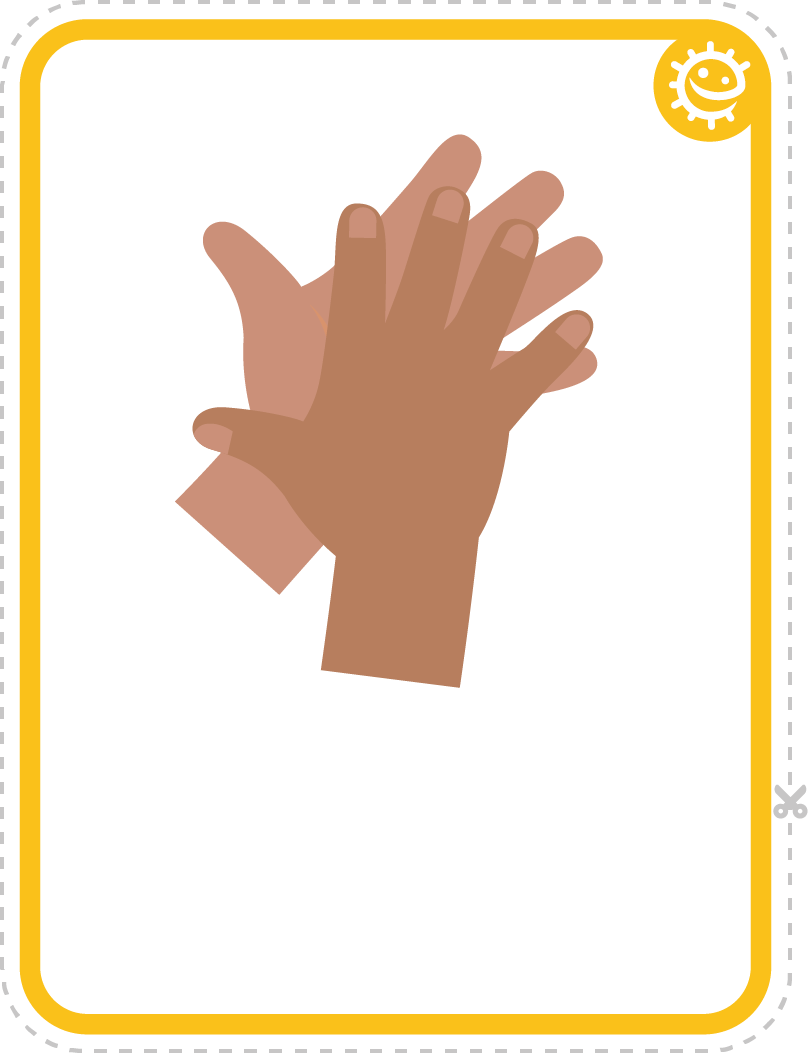
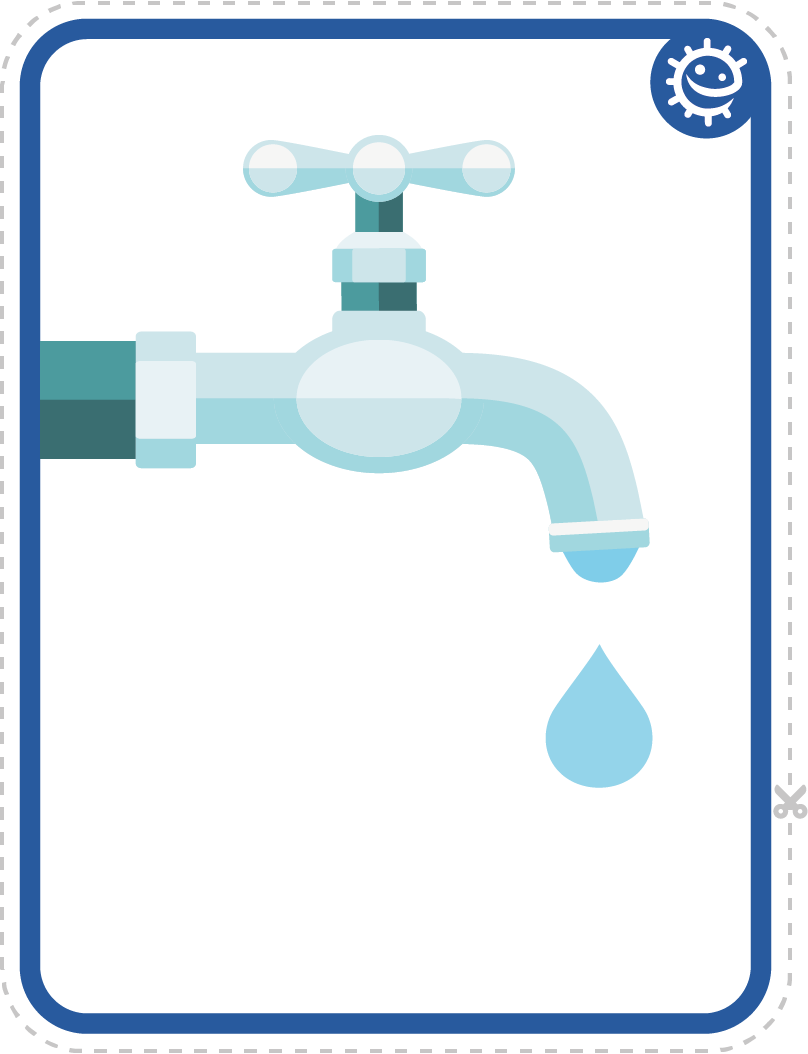
Affaldsspand

Sæbe

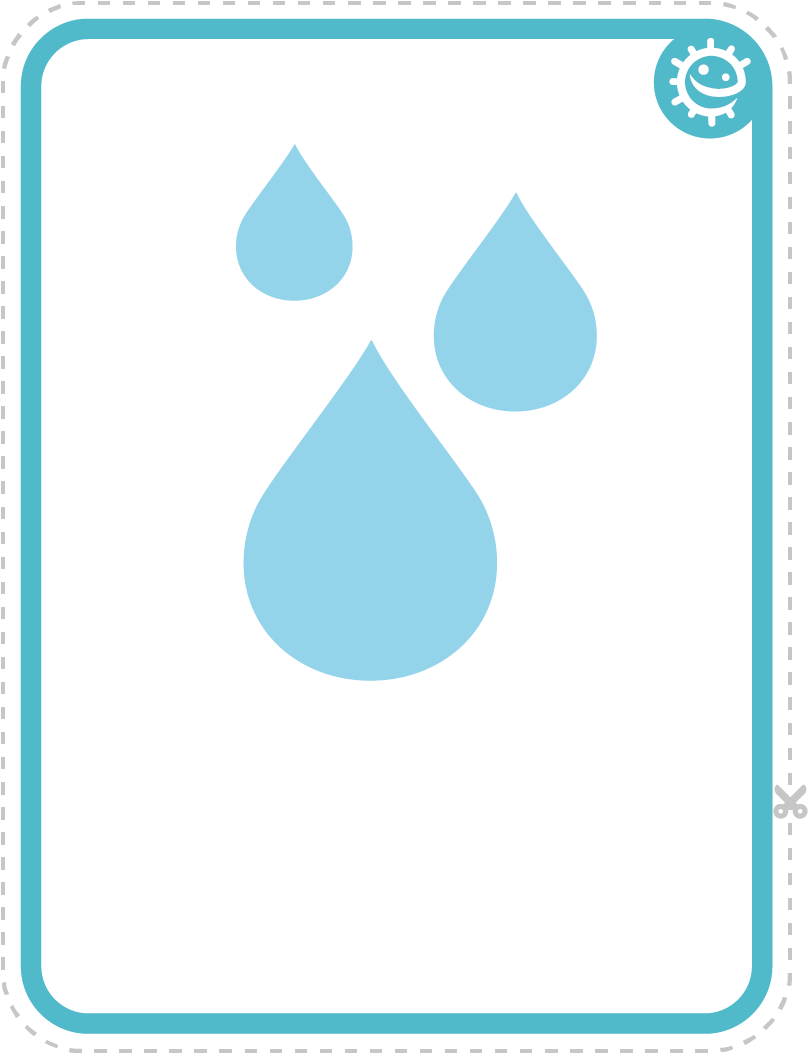
Papirlommetørklæde

Hånddesinfektion

Hænder

Vandhane

Nys

Vand

**SW1** – Hand Washing Flashcards

**Back**

**of fingers**

**20 seconds**

**Soap**

**Backs**

**of hands**

**Scrub**

**your hands**

**Thumbs**

**Tips**

**of fingers**

**Between**

**fingers**

