

Praxishygiene in Zeiten von COVID-19, gültig ab 27. April 2020

Vorabklärung mit KlientInnen

Klärt folgende Punkte vor einer Terminvereinbarung telefonisch gründlich ab.

Symptome

Grundsätzlich gehören Menschen mit Symptomen, die auf eine Covid-19-Erkrankung hinweisen (Husten, Fieber, Atembeschwerden, Gelenkschmerzen, Verlust von Geruchs- und Geschmacksempfinden) nicht in eine AT-Praxis. Ihnen ist dringend die Selbstisolation und die Kontrolle durch einen Arzt anzuraten.

Auch Menschen mit einer erkennbaren schweren psychischen Belastung gehören nicht in die Behandlung von AlexanderTechnik-TherapeutInnen.

Risikoklienten

Menschen, die zu einer sogenannten Risikogruppe gehören (siehe Anhang Verordnung) können allenfalls auch per Telefon etc. betreut werden.

Um die Sicherheit der TherapeutInnen, der PatientInnen und der Personen im näheren Umfeld zu gewährleisten, empfehlen sich folgende Massnahmen, zusätzlich zur üblichen Praxishygiene.

Allgemeine Vorbereitung

- ✓ Bringt einen Aushang der Schutzmassnahmen gemäss BAG im Eingangsbereich an.
- ✓ Entfernt unnötige Gegenstände, welche von den KlientInnen angefasst werden können (z.B. Spielsachen und Zeitschriften) aus dem Wartezimmer.
- ✓ Plant genügend Zeit zwischen den einzelnen KlientInnen ein, um Begegnungen zwischen diesen möglichst zu vermeiden.

Vor Arbeitsbeginn

- ✓ Tragt Kleider, welche bei mindestens 60°C gewaschen werden können. Die Kleidung ist täglich zu wechseln und ausschliesslich in der Praxis zu tragen. Je intensiver der direkte Körperkontakt ist, umso mehr Gewicht ist auf diesen Punkt zu legen.
- ✓ Vermeidet das Tragen von Fingerringen, Armkettchen und Uhren.
- ✓ Wascht euch gründlich die Hände.
- ✓ Zieht die Hygienemaske entsprechend den Vorgaben des Herstellers oder des Lieferanten an. Video wikiHow, Video BAG ist in Vorbereitung
- ✓ Je weniger euch die Haare ins Gesicht fallen, umso kleiner die Versuchung, sich an die Maske oder ins Gesicht zu fassen.
- ✓ Lüftet die Praxisräume gründlich und regelmässig.
- ✓ Benutzt für Gespräch und Behandlung einen möglichst grossen, möglichst gut belüfteten Raum, indem die Luft frei zirkulieren kann. Die Schutzwirkung von Hygienemasken ist begrenzt. Je besser belüftet ein Raum ist, umso geringer ist die Konzentration von Aerosolen und umso kleiner damit das Risiko einer Infektion.

KlientInnen in der Praxis

- ✓ Im Wartezimmer ist der Abstand von zwei Metern zwischen KlientInnen einzuhalten.
- ✓ In der Praxis sind ausschliesslich Begleitpersonen zuzulassen, die für KlientInnen dringend erforderlich sind. Diese müssen sämtliche Hygieneregeln ebenfalls befolgen.
- ✓ Bittet den Klienten, die Klientin als erstes, sich die Hände zu waschen. Stellt dazu Papierhandtücher in genügender Zahl zur Verfügung. Der Abfalleimer muss einen Deckel haben.
- ✓ KlientInnen, die eine Hygienemaske tragen wollen, können dies tun. Für das Besorgen der Masken sind sie selber verantwortlich. Bei Bedarf können den KlientInnen auch Hygienemasken abgegeben werden.
- ✓ Haltet während des Gesprächs den Abstand von 2 Metern ein.
- ✓ Fragt nochmals gezielt nach möglichen Covid_19-Symptomen.

Im Behandlungszimmer

- ✓ Stellt für jede Klientin, jeden Klienten eine eigene Unterlage und eigene Tücher bereit. Die Tücher dürfen nur 1x benutzt werden und müssen dann in die Wäsche (mind. 60Grad). Allenfalls lohnt es sich, auf Papierunterlagen umzustellen.
- ✓ Weist die Klientin, den Klienten darauf hin, während der Behandlung nicht mehr als notwendig zu sprechen, um nicht unnötig Tröpfchen und Aerosole zu verteilen.
- ✓ Achtet während der Behandlung darauf, überflüssigen Körperkontakt zu vermeiden, selber möglichst wenig Tröpfchen und Aerosole auszuscheiden und weder Ihr Gesicht noch eure Maske zu berühren.

Nach der Behandlung

- ✓ Nachdem ihr die Klientin verabschiedet haben, zieht die Hygienemaske entsprechend den Vorgaben des Herstellers oder des Lieferanten aus. (Siehe dazu auch die Empfehlungen des BAG.)
- ✓ Wascht euch gründlich die Hände.
- ✓ Lüftet die Praxisräume ausgiebig.
- ✓ Desinfiziert vor allem alle glatten Oberflächen, die der Klient / die Klientin berührt hat oder die der nächste Klient / die nächste Klientin berühren könnte (siehe auch folgender Abschnitt).

Reinigung

- ✓ Reinigt und desinfiziert Oberflächen und Gegenstände (z.B. Arbeitsflächen, Tastaturen, Telefone, Arbeitswerkzeuge, Türgriffe, Liftknöpfe, Treppengeländer, Kaffeemaschinen und andere Objekte) nach Gebrauch bedarfsgerecht und regelmässig, insbesondere, wenn diese von mehreren Personen berührt werden.
- ✓ Spült Tassen, Gläser, Geschirr oder Utensilien nach dem Gebrauch mit Wasser und Spülmittel.
- ✓ Reinigt die WC-Anlage regelmässig.
- ✓ Leert die Abfalleimer (insbesondere bei Handwaschgelegenheit) regelmässig. Tragt dazu Handschuhe um das Anfassen von Abfall vermeiden, die ihr sofort nach Gebrauch entsorgt.