

Checkliste Hygiene für Shiatsu-TherapeutInnen

TherapeutIn

- saubere Shiatsukleidung, neutrale Farben
- gereinigte Hände, kurze Fingernägel
- vor und nach den Behandlungen Hände waschen, während Grippezeit auch desinfizieren
- störende und einflussnehmende Gerüche vermeiden
- innerlich vorbereitet, klar, ausgerichtet sein
- zwischen den Sitzungen Pausen einplanen

KlientIn

- wenn möglich Alltagskleidung wechseln, insbesondere während der Grippezeit
- während der Behandlung bequeme Kleidung tragen
- Kleidung und Socken sind vorzugsweise aus natürlichen Materialien
- es wird empfohlen Reservekleidung bereit zu haben

Raum

- der Raum vermittelt eine klare, ruhige Atmosphäre
- es steht ein Futon oder eine Liege zur Verfügung
- Lagerungsmaterial in verschiedenen Varianten und Decken liegen bereit
- der Raum ist sauber; er wird regelmässig gereinigt
- die Zimmertemperatur ist angenehm (da sich der Körper abkühlen kann, sollte sie leicht höher sein als in Wohnräumen üblich)
- vor und nach Behandlungen wird der Raum gelüftet und energetisch gereinigt z.B. durch diskrete Duftessenzen, Ausschütteln von Decken/Ausklopfen der Unterlage
- Futonbezug, Leintuch, Kissenbezüge und Decken werden regelmässig gewechselt und gewaschen
- KlientInnen haben ein persönliches Kopfkissentuch, das nach jeder Behandlung gewaschen oder separat von Kissenbezügen anderer KlientInnen aufbewahrt wird
- Wartegeräte, Toilette, Waschbecken, Seife, Handtücher, Desinfektionsmittel und Hygienebeutel sind vorhanden
- es ist eine Trennung zwischen Praxis-Raum und Privat-Räumen erkennbar

COVID-19 Hygiene-Massnahmen

Kantonale Weisungen und Weisungen des Bundes sind zu beachten

<https://www.ch.ch/de/coronavirus/>

<https://covid-19-schweiz.bagapps.ch/de-2.html> / <https://covid-19-schweiz.bagapps.ch/de-1.html>

Corona-App auf das Handy laden

<https://bag-coronavirus.ch/swisscovid-app/>

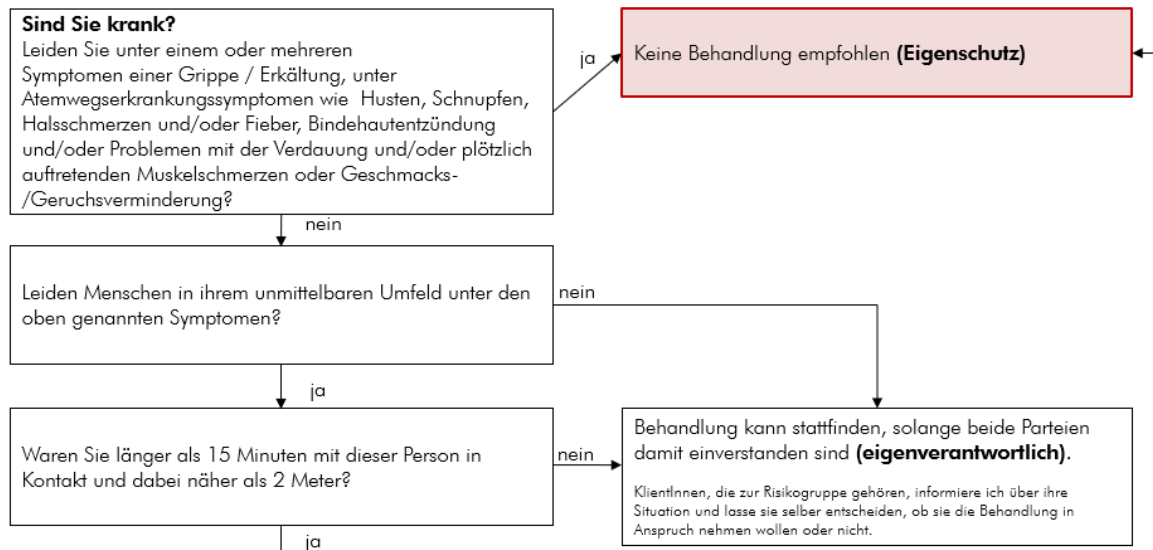
Informationen für Gesundheitsfachpersonen

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/information-fuer-die-aerzteschaft.html#-1777931331>

Vor jeder Behandlung folgende Fragen stellen:

Entscheidungshilfe: Corona-Pandemie

Bis auf weiteres empfehlen wir den KlientInnen folgende Fragen vor einer Behandlung zu stellen



Handhygiene und Umgang mit Masken

- Bitte allgemeine [Verhaltensregeln des Bundes beachten](#).
- Plakate des BAG in der Praxis aufhängen ([PDF](#)).
- Informationen zum Gebrauch von Schutzmasken lesen (nur [Deutsch](#)).

- Hände werden mit Wasser und Seife für 40 bis 60 Sekunden gewaschen ([Anleitung](#) zum Ausdrücken und Aufhängen auf der Toilette), Wasserhahn wird mit Ellenbogen abgestellt. Ist kein Händewaschen möglich nutzen wir zwischendurch Desinfektionsmittel für 30 Sekunden ([Video](#)).
- Masken werden nur an den Bändern angefasst; dies nach Desinfektion der Hände.
- Masken fachgerecht anziehen ([Video](#)). Auch Trinken ist möglich, jedoch unter Einhaltung der Regeln ([Video](#)).
- Masken niemals berühren, sobald diese aufgesetzt wurden. Wenn es doch passiert, müssen die Hände desinfiziert werden ([Video](#)).
- Masken können wiederverwendet werden, wenn die Vorschriften eingehalten werden ([Vorschriften](#) (Deutsch)).
- Hygienemasken können maximal 8h getragen werden.
- Masken müssen in geschlossenen Behältern entsorgt werden. Falls dies nicht möglich ist: in Plastiksäckchen stecken, verknüpfen und so in den Müll werfen.
- Keine lackierten Fingernägel, keine Gel- oder Acryl- Nägel.

Die/der TherapeutIn

- trägt während der Anwesenheit der KlientInnen eine Schutzmaske, s. oben.
- trägt keine Ringe, Armbanduhren, Freundschaftsbändeli und Armketten.
- wechselt die Praxiskleidung jeden Tag und wäscht diese bei mindestens 60 Grad.
- trägt Socken, geht in der Praxis nicht barfuss, geht zum WC mit dafür vorgesehenem Schuhwerk (dieses ist vor dem Praxisraum ausziehen).
- hält während des Anamnesegesprächs den Mindestabstand von 2 Metern ein.

Die/der KlientIn

- trägt bei Behandlung in Seiten- und Rückenlage einen Mundschutz (Handhabung siehe oben). Bei der Behandlung in Bauchlage ist die Beachtung der Hygiene des Bodycushion und des gesamten Kopfbereichs (Kopftücher, Desinfektion respektive Schützen des Futons im Kopfbereich) zu beachten.
- wäscht sich direkt nach dem Eintreten in die Praxis gründlich die Hände.
- wechselt die Strassenkleidung (Ober- und Unterteil, Socken) und deponiert diese in einem dafür vorgesehenen Behälter (Kiste, Korb u. ä.).
- nutzt die Sitzgelegenheit im Praxisraum nur mit Wechselkleidern (nicht mit Strassenkleidung).
- desinfiziert sich nach dem Kleiderwechseln die Hände.
- nimmt eigene Taschentücher oder eigenen Abfall mit nach Hause.

Im Wartezimmer / in den Toiletten / in öffentlichen Bereichen des Gebäudes

- KlientInnen und TherapeutInnen tragen bei Betreten des Gebäudes, in den Toiletten und im Wartezimmer eine Maske.
- Zeitschriften und Bücher im Wartezimmer sind während der Pandemie zu entfernen oder die KlientInnen sind schriftlich darauf hinzuweisen, dass die Bücher im Wartezimmer im Moment nicht benutzt werden dürfen (Büchergestell).
- Stühle im Wartezimmer (Gruppenpraxen) sind mit mindestens 2 Metern Abstand zu platzieren, wenn nötig, sind Stühle zu entfernen. Eine Maximalanzahl Personen für das Wartezimmer wird definiert und aussen an der Türe wird entsprechend informiert.
- Toilettenspülknopf, Wasserhahn und Türklinken sind nach jeder Nutzung zu desinfizieren.
- Das Trocknen der Hände nach dem Händewaschen ist nur mit Wegwerfpapiertüchern erlaubt; das Papier muss entsorgt werden.
- Im Wartezimmer stehen Desinfektionsmittel und eine Anleitung bereit ([Anleitung zum Ausdrucken](#)).

Raumhygiene, Ambiente

- Wasserhähne und Türklinken sind von TherapeutIn wie KlientIn mit dafür vorgesehenen Einmaltüchern oder Ellenbogen zu bedienen. Die Tücher sind danach zu entsorgen.
- Nach jeder Klientin/jedem Klienten ist der Raum zu lüften, alle Türklinken werden desinfiziert, im Wartezimmer und Behandlungsraum wird der Stuhl der Klientin/des Klienten desinfiziert.
- Tee und Wasser dürfen nur in Plastikbechern/Pappbechern angeboten werden, welche danach entsorgt werden. Wasser einschenken nur durch TherapeutIn.

Futon / Bodycushion / Liege

- Kopftücher sind wie immer nach jeder Klientin/jedem Klienten zu wechseln. Kissenbezüge und Leintuch sind täglich zu wechseln. Allenfalls können das Leintuch und der Futon im Bereich des Kopfes (Ausatemluft, Tröpfchen) mit Inkontinenzauflagen, Vliesauflagen oder grösseren Frottiertüchern zusätzlich geschützt werden. So muss nicht das ganze Leintuch gewechselt werden, sondern nur die zusätzliche Auflage. Wir empfehlen generell, den Futon unterhalb des Leintuchs mit Inkontinenzauflagen, Moltons oder Plastikauflagen zu schützen.
- Keine klientenbezogene Wäsche: Während der Pandemie darf nicht das gleiche Kopftuch mehrmals für den gleichen Klienten, die gleiche Klientin verwendet werden.
- Das Bodycushion wird nach jeder Klientin, jedem Klienten desinfiziert. Der Bereich unter dem Kopfteil (Ausatemluft/Tröpfchen) wird zusätzlich mit einem Schutz (z.B. Vlies, Serviette oder Baumwolltuch) unterlegt, welcher entweder nach jeder Klientin/jedem Klienten gewaschen wird oder, noch besser, entsorgt werden kann (Plastikfolie).
- Praxiswäsche wird mit 60 Grad gewaschen.

Behandlung

- Auf Gesichtsbehandlungen und Handbehandlungen wird, wenn immer möglich, verzichtet. Wird trotzdem im Gesicht, an den Händen oder am Nacken gearbeitet, desinfiziert die Therapeutin/der Therapeut vor und nach der Behandlung die Hände gründlich.

Verrechnung

- Zahlung ist nur per Rechnung erlaubt, keine Barzahlungen oder Zahlungen mit Karte.

Entsorgung von Material

- Alles Schutzmaterial muss fachgerecht in verschlossenen Eimern gelagert und jeden Abend entsorgt werden.

Stand 19.10.2020