

Merkblatt

„Schutz vor Atemwegsinfektionen“

Wie kann ich mich und andere vor einer Atemwegsinfektion schützen?

- Das Händewaschen ist das Wichtigste, das Sie zu Ihrem eigenen Schutz tun können. Waschen Sie Ihre Hände häufig und gründlich.
- Desinfizieren Sie Ihre Hände zusätzlich mit dem Desinfektionsgel aus dem berührungslosen Desinfektionsständer. Das Gerät bitte nicht anfassen! Hände unter den Sensor halten und Desinfektionsgel gut verreiben, ggf. Vorgang wiederholen. Desinfektionsgel nicht abwaschen, sondern auf der Haut trocknen lassen.
- Halten Sie Ihre Hände vom Gesicht fern. Die Wahrscheinlichkeit, sich zu infizieren ist groß, wenn Sie Ihre Augen, Ihren Mund oder Ihre Nase berühren, nachdem Sie einen virusbelasteten Gegenstand angefasst haben.
- Trinken Sie nicht aus Tassen oder Flaschen, aus denen bereits andere getrunken haben und vermeiden Sie es während einer Grippewelle, Menschen die Hand zu geben, sie zu umarmen und zu küssen.
- Bedecken Sie Ihre Nase und Ihren Mund, wenn Sie husten oder niesen müssen, am besten mit einem Papiertaschentuch.
- Entsorgen Sie benutzte Taschentücher richtig - lassen Sie sie nicht herumliegen, sodass andere Leute sie berühren könnten.
- Waschen Sie auch selbst Ihre Hände, nachdem Sie die Taschentücher angefasst haben. Bevorzugen Sie Papiertaschentücher zum einmaligen Gebrauch.
- Vermeiden Sie Kontakt zu Personen, die Krankheitsanzeichen wie bei einer Influenza haben.
- Fordern Sie andere Personen auf, ein Papiertaschentuch zu benutzen, damit beim Niesen und Husten Nase und Mund bedeckt sind und anschließend die Hände zu waschen.