



Virusinfektionen – Hygiene schützt!

Mit einfachen Maßnahmen können Sie helfen, sich selbst und andere vor Infektionskrankheiten zu schützen.

Die wichtigsten Hygienetipps:



Halten Sie stets ausreichend Abstand zu Menschen, ganz besonders bei Husten, Schnupfen oder Fieber – zum Schutz vor dem Coronavirus und der andauernden Grippe- und Erkältungswelle.



Vermeiden Sie Berührungen (z. B. Händeschütteln oder Umarmungen), wenn Sie andere Menschen begrüßen oder verabschieden.



Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch – und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.



Halten Sie die Hände vom Gesicht fern – vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

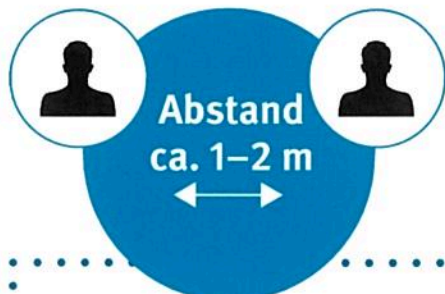


Waschen Sie regelmäßig und ausreichend lange (mindestens 20 Sekunden) Ihre Hände mit Wasser und Seife – insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.



Coronavirus: Minimieren Sie die Risiken!

Grundsätzlich gilt:



Halten Sie zu hustenden
und/oder niesenden
Personen möglichst
1–2 Meter Abstand.



Husten oder niesen Sie
in die Armbeuge und
bedecken Sie dabei Ihren
Mund und Ihre Nase.

Waschen Sie Ihre Hände
regelmäßig und gründlich
mit Seife und Wasser.



Schlüsselfragen, wenn Sie Sorge vor einer Ansteckung haben:

1

Hat die Person grippeähnliche
Symptome, wie Fieber, Husten,
infektbedingte Atemnot?

„NEIN“ bei allen
drei Fragen --->
Halten Sie die grund-
sätzlichen Verhaltens-
regeln weiterhin ein.

2a

Hatte die Person innerhalb der
letzten 14 Tage Kontakt zu einem
Coronavirus-Erkrankten?

2b

War die Person während
der letzten 14 Tage in einem
Risikogebiet?

www.rki.de/ncov-risikogebiete

Antwort „JA“
bei Frage 1 UND
2a und/oder 2b --->
Bleiben Sie auf Abstand
und empfehlen Sie der
Person, sich ärztliche
Beurteilung einzuholen.

Risikogebiete

www.rki.de/covid-19-risikogebiete



FAQ

www.rki.de/faq-covid-19



COVID-19

www.rki.de/covid-19



Infektionsschutz

www.infektionsschutz.de

