

Virusinfektionen – Hygiene schützt!

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

Die wichtigsten Hygienetipps:



WASCHEN SIE REGELMÄSSIG IHRE HÄNDE MIT WASSER UND SEIFE – insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.



WASCHEN SIE AUSREICHEND LANGE IHRE HÄNDE – mindestens 20 Sekunden.



HALTEN SIE DIE HÄNDE VOM GESICHT FERN – vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.



NIESEN ODER HUSTEN SIE IN DIE ARMBEUGE ODER IN EIN TASCHENTUCH – und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.



HALTEN SIE AUSREICHEND ABSTAND ZU MENSCHEN, DIE HUSTEN, SCHNUPFEN ODER FIEBER HABEN – auch aufgrund der andauernden Grippe- und Erkältungswelle.



WUNDEN SCHÜTZEN – Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder einem Verband ab.