

Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir einer Vielzahl von Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

Regelmäßig Hände waschen

- wenn Sie nach Hause kommen
- vor und während der Zubereitung von Speisen
- vor den Mahlzeiten
- > nach dem Besuch der Toilette
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten
- nach dem Kontakt mit Tieren





Hände gründlich waschen

- ► Hände unter fließendes Wasser halten
- Hände von allen Seiten mit Seife einreiben
- dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen
- ► Hände unter fließendem Wasser abwaschen
- mit einem sauberen Tuch trocknen

Hände aus dem Gesicht fernhalten

Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.



Im Krankheitsfall Abstand halten

Kurieren Sie sich zu Hause aus. Verzichten Sie auf enge Körperkontakte. Bei hohem Ansteckungsrisiko für andere kann es sinnvoll sein, sich in einem separaten Raum aufzuhalten oder eine getrennte Toilette zu benutzen. Verwenden Sie persönliche Gegenstände wie Handtücher oder Trinkgläser nicht



Richtig husten und niesen

Husten und niesen Sie am besten in ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase. Halten Sie dabei Abstand von anderen Personen und drehen sich weg.



Wunden schützen

Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

Auf ein sauberes Zuhause achten

Reinigen Sie insbesondere Bad und Küche regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern. Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



Lebensmittel hygienisch behandeln

Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf. Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln. Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70°C. Waschen Sie rohes Gemüse und Obst vor dem Verzehr gründlich ab.

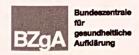
Geschirr und Wäsche heiß waschen

Reinigen Sie Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Maschine bei mindestens 60°C. Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60°C.



Regelmäßig lüften

Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit weit geöffneten Fenstern.





BETRIEBSANWEISUNG



Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)

ANWENDUNGSBEREICH

Allgemeine Hygienemaßnahmen zum Schutz vor Virusinfektionen

GEFAHREN FÜR MENSCH UND UMWELT

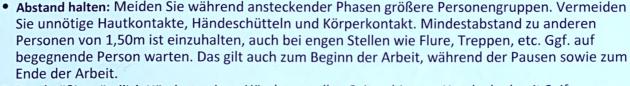


Übertragungsweg: Das Virus wird durch Tröpfchen über die Luft (Tröpfcheninfektion) oder über kontaminierte Hände auf die Schleimhäute (Mund, Nase, Augen) übertragen (Schmierinfektion). Inkubationszeit: Nach einer Infektion kann es einige Tage bis zwei Wochen dauern, bis Krankheitszeichen auftreten.

Gesundheitliche Wirkungen: Infektionen verlaufen meist mild und asymptomatisch. Möglich sind auch akute Krankheitssymptome, z.B. Atemwegserkrankungen mit Fieber, Husten und Atembeschwerden. Hohe Gefährdung für Personen mit Vorschädigungen z.B. Asthmatiker, Herzund Lungenerkrankungen, Krebs oder HIV.

SCHUTZMAßNAHMEN UND VERHALTENSREGELN







- Regelmäßig gründlich Händewaschen: Hände von allen Seiten bis zum Handgelenk mit Seife einreiben und 20-30 Sekunden unter fließendem Wasser verteilen. Anschließend die Hände mit einem trockenem und sauberen Papiertuch abtrocknen. Hände-Desinfektionsmittel benutzen, wenn keine Möglichkeit zum Waschen der Hände besteht.
- Hände aus dem Gesicht fernhalten: Fahren Sie nicht mit ungewaschenen Händen im Gesicht herum. Berühren Sie nicht mit ungewaschenen Händen, Nase, Augen oder Mund.
- Verhalten bei Husten oder Niesen: Halten Sie beim Husten oder niesen Abstand zu anderen Personen. Husten oder Niesen Sie, wenn möglich in Papiertaschentücher oder halten Sie die Armbeuge vor Mund und Nase. Taschentücher oder Papierhandtücher nur in einem gedeckelten Müllereimer.
- Lüften: Geschlossene Arbeitsbereiche mehrmals täglich mit weit geöffnetem Fenster lüften.
- Handwerkzeug: Nach Möglichkeit nur eigenes Werkzeug verwenden. Bei Verwendung allgemeiner oder fremder Werkzeuge Schutzhandschuhe tragen, wenn sich daraus keine anderen Gefahren wie Einzug ergeben.
- Maschinen: Nach Möglichkeit Maschinen nur von einer Person bedienen lassen. Ansonsten Schutzhandschuhe tragen, wenn sich daraus keine anderen Gefahren wie Einzug ergeben, oder Bedienoberflächen desinfizieren.
- Teamarbeit: Nach Möglichkeit immer mit den Personen im selben Team arbeiten (2 3 Personen). Bei Unterschreitung des Sicherheitsabstands von 1,50m haben alle Mund- und Nasenschutz zu tragen.

ERSTE HILFE



Verhalten bei Symptomen: Personen, die persönlichen Kontakt zu einer Person hatten, bei der SARS-CoV-2 nachgewiesen wurde, sollten sich unverzüglich und unabhängig von Symptomen mit dem zuständigen Gesundheitsamt in Verbindung setzen, einen Arzt kontaktieren oder die 116117 anrufen - und zu Hause bleiben.

Personen, die den Verdacht haben, sich mit SARS-CoV-2 infiziert zu haben, sollten (nach telefonischer Anmeldung) ihre Ärztin bzw. ihren Arzt oder ein Krankenhaus aufsuchen. Beachten Sie weitere Anweisungen vom Arzt. Informieren Sie umgehend die Geschäftsführung. Selbstschutz beachten: Verwenden Sie Handschuhe und Atemschutzmaske beim Umgang mit Erkrankten. Ist dies nicht möglich, versuchen Sie Abstand zu halten.

INSTANDSETZUNG



Abfall in einem gedeckelten Müllereimer und oder in flüssigkeitsdichten Kunststoffbeuteln sachgerecht entsorgen. Abfälle nicht zwischenlagern.