

HYGIENEKONZEPT - HYGIENEPLAN

Kontakte einschränken: Bei jeder Begegnung mit anderen besteht die Gefahr, sich anzustecken oder das Virus weiter zu verbreiten.

Abstand halten: Anderen Menschen nicht näher kommen als zwei Meter.

Nicht direkt ansprechen: Auch wenn es unhöflich scheinen mag, den Kopf etwas vom Gesprächspartner abwenden.

Nies- und Husten-Etikette: Hände weg von Mund und Nase. Niesen und Husten nur in die Ellenbeuge oder in Einmaltaschentücher. Anschließend Hände waschen. Auch das Verwenden einer Gesichtsmaske kann dazu beitragen, dass sich das Coronavirus langsamer verbreitet.

Keine Hände schütteln: Unbedingt darauf verzichten, Hände zu schütteln.

Hände sorgfältig waschen: Gründliches Händewaschen dauert etwa 30 Sekunden. Hände unter fließendem, lauwarmem Wasser anfeuchten. Seife verwenden und die Hände damit gründlich einseifen – auch zwischen den Fingern und auf der Oberfläche. Etwa 20 Sekunden reiben. Seife gründlich abspülen und Hände abtrocknen. Nach Möglichkeit flüssige Seife (Detergentien) und Einmal-Handtücher verwenden. Im häuslichen Bereich kann alternativ auch ein Seifenstück verwendet werden. Seife und Detergentien beschädigen die Virus-hülle, der Erreger wird inaktiviert, auch wenn nur kaltes Wasser zur Verfügung steht. Sehr heißes Wasser bietet keinen Vorteil und schadet der Haut.

Hände regelmäßig waschen: Mindestens, aber sofort nach dem Nachhausekommen, vor dem Kontakt mit Nahrungsmitteln, vor dem Essen, nach dem Gang zur Toilette.

Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen: Mund, Nase und Augen nicht mit ungewaschenen Händen berühren.

Nicht mit den Fingern essen: Unterwegs keine Nahrung mit den Fingern in den Mund stecken – kein Bonbon, kein Kuchenstück, keine Bratwurst. Besser Besteck oder Serviette verwenden.

Einkaufswagen, Türklinken und Geländer: Corona-Viren, die über Tröpfchen auf diese Oberflächen gelangt sein könnten, bleiben nicht lange aktiv. Handschuhe oder Desinfektion beim Einkaufen sind in der Regel nicht nötig. Unterwegs aber besonders wichtig: Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen, bei Rückkehr in die Wohnung Hände waschen.

Auf Reisen und öffentliche Verkehrsmittel verzichten: Nur noch unbedingt notwendige Reisen antreten und öffentliche Verkehrsmittel meiden, insbesondere wegen der Begegnung mit anderen Reisenden.

Smartphone reinigen: Besonders auf dem Display sammeln sich Bakterien und Viren. Vorsicht: Alkoholhaltige Flüssigkeiten können die Oberfläche angreifen. Das gilt auch für viele Hygienetücher. Nur Mittel ohne Alkohol verwenden und nicht zu feucht wischen. Auch eine trockene Reinigung ist besser als keine.