

- Halten Sie einen Abstand von 1-2 Metern zu hustenden oder niesenden Fremdpersonen
- Vermeiden Sie das Hände geben und das Anhusten
- Waschen Sie sich regelmäßig und gründlich die Hände nach Personenkontakt, vor der Nahrungsaufnahme, nach dem Niesen oder Husten und nach dem Besuch sanitärer Einrichtungen
 - Hände unter fließendes Wasser halten
 - Hände von allen Seiten mit Seife einreiben über 20-30 s
 - Hände wieder unter fließendem Wasser abwaschen und
 - mit einem sauberen (Papier)-Tuch abtrocknen
- Husten oder Niesen Sie in Ihre Ellenbeuge
- Einmaltaschentücher gehören nach der Benutzung sofort in den Abfall
- Vermeiden Sie die Berührung von Nase, Augen und Mund
- Vermeiden Sie den Kontakt zu möglicherweise infizierten Personen
- (Fieberhaft) Erkrankte Personen sollten im eigenen Interesse zu Hause bleiben
- Lüften Sie regelmäßig und gut durch
- Sollten Sie selbst Symptome haben, bleiben Sie zu Hause und wenden Sie sich zunächst telefonisch an Ihren Hausarzt oder – außerhalb der Sprechzeiten - an die Nummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes 116117

Hände verbreiten Krankheitserreger. Richtig waschen schützt.



Hände unter fließendes Wasser halten



Seife* 20 bis 30 Sekunden in den Händen verreiben



Auch zwischen den Fingern



Dann gründlich abspülen



Sorgfältig abtrocknen

*oder regelmäßiges Handdesinfektionsmittel