

Maßnahmen zur Vermeidung einer Infektion

1. Halten Sie Abstand

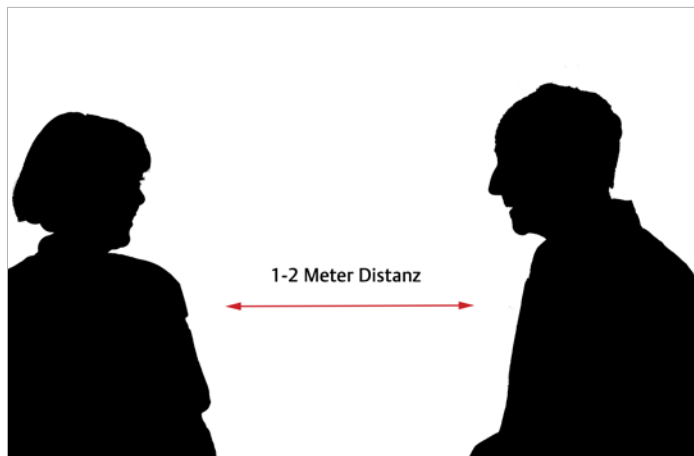


Foto: Thieme Group

Minimieren Sie das eigene Infektionsrisiko und die Gefahr, andere anzustecken. V.a. wenn jemand bereits erkrankt ist oder zur Risikogruppe gehört, sollte auf mindestens **1–2 m** Abstand geachtet werden.

2. Vermeiden Sie Berührungen



Foto: Alexander Fischer / Thieme Group

Berührungen wie Hände schütteln oder Umarmungen zur Begrüßung, sollten in der derzeitigen Situation unterbleiben, um eine Übertragung zu verhindern.

Maßnahmen zur Vermeidung einer Infektion

3. Husten- / Niesetikette einhalten



Foto: Thomas Koch

Husten kann Sekret bis zu 4 Meter weit tragen. Deshalb gilt: Beim Husten oder Niesen **Mund und Nase mit Einmaltüchern bedecken** und von anderen Personen abwenden. Die Einmaltaschentücher nach der Benutzung umgehend entsorgt. Nach Kontakt mit Atemwegssekreten gründlich Hände waschen.

4. Hände weg vom Gesicht!



Foto: Paavo Bläfield / Thieme Group

Wir fassen uns Studien zu Folge, im Durchschnitt 16–23-mal pro Stunde ins Gesicht, meist unbewusst. Reduzieren Sie die Anzahl der Berührungen und damit auch die Gefahr einer Infektion durch Übertragung über die Hände.

Maßnahmen zur Vermeidung einer Infektion

Seite 3 / 3

5. Reduzieren Sie soziale Kontakte weitgehend



Foto: Alexander Fischer / Thieme Group

Je weniger Menschen sich an einem Ort befinden, desto geringer ist die Gefahr einer Infektion. Um eine weitere Ausbreitung von COVID-19 zu verhindern, sollten Sie Kontakte zu Menschengruppen meiden.

6. Isolation und Quarantäne

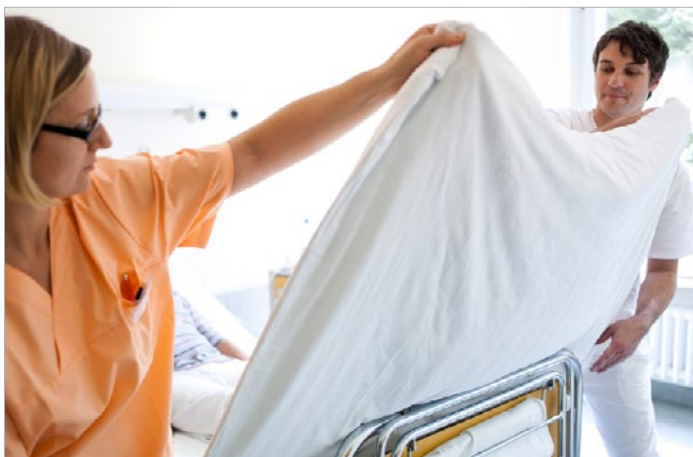


Foto: Alexander Fischer / Thieme Group

Wer auf COVID-19 getestet wird, wird bis zum Vorliegen des Testergebnisses **isoliert**. Bei den meisten Patienten reicht eine häusliche Quarantäne aus, in der Klinik werden die Patienten in Isolierzimmer untergebracht. Bei bestätigter COVID-19-Erkrankung besteht eine Meldepflicht des Arztes ans Gesundheitsamt.