

Empfohlene Hygiene und Verhaltens-Maßnahmen

Mit den folgenden Maßnahmen lässt sich das Risiko einer Infektion und die Verbreitung mit dem Corona-Virus deutlich reduzieren.

Wichtige Punkte kurz zusammengefasst:

Soziale Kontakte auf das Nötigste reduzieren.

Bei Krankheitssymptomen zu Hause bleiben.

Abstand halten zu anderen Personen (min. 1 Meter).

Kein Händeschütteln.

Hände häufig und gründlich (20-30 Sekunden) mit Wasser und Seife waschen.

Nicht mit den Händen im Gesicht berühren (Augen, Mund und Nase).

In Taschentuch oder Armbeuge Niesen und Husten und sich dabei von anderen Personen abwenden.

Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände mit Seife waschen.

Dr. Christof Mathes
Arzt für Allgemeinmedizin