

Coronavirus – So schützen Sie sich!



Hände waschen und gemäß Anweisung desinfizieren



Halten Sie die Hände vom Gesicht fern



Verzichten Sie auf das Händeschütteln



Meiden Sie Menschenansammlungen



Vermeiden Sie direkten Kontakt zu
möglicherweise erkrankten Personen



Husten und niesen Sie nicht in die Hand,
sondern in die Armbeuge und halten Sie
Abstand zu anderen Personen



Entsorgen Sie Papiertaschentücher direkt
nach Gebrauch und waschen Sie sich
anschließend die Hände



Beachten Sie die Aushänge und Anweisungen
im Betrieb



Nehmen Sie sofort Kontakt zu Ihrem Arzt auf bei:

- plötzlich hohem Fieber über 38° C
- Schüttelfrost
- Husten
- Kopf- und Gliederschmerzen
- und weiteren typischen Grippe-symptomen

Helfen Sie sich und anderen, gesund zu bleiben!

BEHR'S...VERLAG

Behr's GmbH · Averhoffstraße 10 · 22085 Hamburg

Telefon: 040 - 227 00 80 · www.behrs.de

Zahlen & Fakten zur Coronavirus-Infektion

- Die durch das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) verursachte Infektion hat die Bezeichnung „COVID-19“ erhalten
- Hochansteckende Viruserkrankung
- Symptome vergleichbar Grippeinfektionen
- Inkubationszeit bis zu 14 Tagen, im Durchschnitt 5-6 Tage
- Infektionsstand Anfang März 2020: Weltweit etwa 85.000 Infektionen
- Sehr dynamisches Infektionsgeschehen mit täglich steigenden Infektionszahlen
- Weltweite Verbreitung („Pandemie“)

Übertragungswege



- Tröpfcheninfektion, z. B. durch
 - Niesen
 - Husten
 - Sprechen



- Händeschütteln
- kontaminierte Oberflächen und Gegenstände (z. B. Türklinken)



Merke: Die Viren werden von Mensch zu Mensch übertragen aber nicht über Nahrungsmittel

Gefährdung, Vorbeugung und Behandlung

- Besonders oft erkranken ältere Personen und Männer häufiger als Frauen
- Das höchste Risiko besteht bei Menschen über 60 Jahren und Grunderkrankungen
- Besonders hohe Gefährdung älterer Menschen mit schlecht eingestelltem Diabetes 2, Herz-Kreislaufkrankungen und Atemwegsproblemen
- Selteneres Auftreten bei Kindern mit vergleichsweise mildem Verlauf
- Offenbar kein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf bei Schwangeren
- Ein Impfschutz gegen die Coronavirus-Infektion ist derzeit nicht verfügbar
- Auch eine Behandlung der Infektionen richtet sich gegen die Symptome und nicht gegen die ursächlichen Erreger

Was können Symptome sein?

- Plötzliches hohes Fieber $\geq 38^{\circ}\text{C}$
- Schüttelfrost
- Husten
- Kopf- und Gliederschmerzen
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Schweres Krankheitsgefühl
- Appetitlosigkeit
- Müdigkeit
- Übelkeit
- In Folge sind Lungenentzündung und weitere schwere Komplikationen möglich



Was tun bei Symptomen?

- Kontaktieren Sie telefonisch einen **Arzt**
- Informieren Sie telefonisch Ihren **Arbeitgeber**
- **Bleiben Sie bei Grippesymptomen zu Hause** bis einschließlich einen Tag nachdem die Symptome abgeklungen sind
- Folgen Sie den Anweisungen des Arztes
- **Verzichten Sie auf Körperkontakt** wie z. B. Händeschütteln, Umarmen, Küssen usw.
- Halten Sie sich in einem **abgetrennten Raum** auf
- **Lüften** Sie geschlossene Räume 3-4 mal täglich für ca. 10 Minuten

Wie können Sie sich schützen?

- **Desinfizieren oder waschen Sie mehrmals täglich Ihre Hände (nach Vorgabe im Betrieb)**, z. B. beim Betreten des Gebäudes, vor jedem neuen Arbeitsgang, nach der Toilettenbenutzung und dem Naseputzen. Wenn Sie zuhause ankommen, waschen Sie die Hände mit Seife (20 bis 30 sec)
- **Halten Sie die Hände vom Gesicht fern**
- Meiden Sie **Menschenansammlungen**
- Verzichten Sie auf **Händeschütteln**
- **Vermeiden Sie direkten Kontakt** zu möglicherweise erkrankten Personen



Wie können Sie andere schützen?

- Halten Sie beim Husten **Abstand** zu anderen Personen
- **Husten** und **Niesen** Sie nicht in die Hand, sondern in Ihre **Armbeuge** oder in ein Papiertaschentuch
- Entsorgen Sie Papiertaschentücher direkt nach Gebrauch und waschen und/oder desinfizieren Sie sich die Hände
- **Bleiben Sie zu Hause**, wenn Sie sich krank fühlen
- **Bleiben Sie zu Hause**, solange der Arzt nicht ausschließt, dass Sie an Covid-19 erkrankt sind



Wie reinige ich meine Hände richtig?



Feuchten Sie Ihre Hände an.



Geben Sie **Reinigungsmittel** auf die Handflächen.



Reiben Sie Ihre Handflächen aneinander, um **Schaum** zu erzeugen.



Reiben Sie **30 Sekunden** Ihre Hände und Unterarme ein.



Spülen Sie Ihre Hände mit **Wasser** ab.

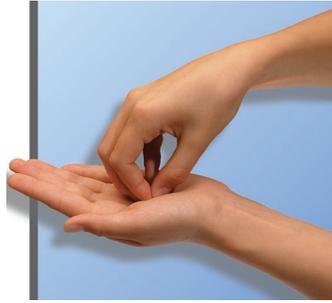


Trocknen Sie mit **Einweghandtüchern** ab.

Wie desinfiziere ich meine Hände richtig?



Arbeiten Sie ohne **Schmuck** an den Händen und geben das Mittel auf die Hand.



Reiben Sie Fingerkuppen und -nägel in der **Handinnenfläche**.



Verreiben Sie das Mittel **zwischen den Fingern** und um die Finger.



Benetzen Sie die **gesamte Oberfläche** von Händen und Fingern.



Das Mittel auf der **Rückseite** der Hände und auf jedem **Daumen** verreiben.



Reiben Sie solange weiter bis Ihre Hände **trocken** sind.