

# Keine Chance für Viren

## Verhaltensregeln

Wie kann man eine Infektion vermeiden?



### Hände waschen

Waschen Sie Ihre Hände **regelmäßig und gründlich mit Seife** und trocknen Sie sie mit einem sauberen Tuch ab. Berühren Sie mit ungewaschenen Händen keine Lebensmittel und auch nicht Mund, Nase oder Augen. Wenn Sie ein **Desinfektionsmittel** verwenden, achten Sie darauf, dass es **als viruzid gekennzeichnet** ist – also gegen Viren wirkt.



### Richtig husten und niesen

Das neue Coronavirus wird vor allem durch Tröpfcheninfektion übertragen. Um andere zu schützen, **Abstand halten** und besser **in die Ellenbeuge – und nicht die Hand – niesen**. Benutzte Papiertaschentücher sollten sofort und sicher in einem verschließbaren Mülleimer landen.



### Weniger Körperkontakt

Auf **Händeschütteln** oder **Umarmungen** zur Begrüßung besser **verzichten**.



### **Zu Hause bleiben**

Wer sich krank fühlt und **Erkältungssymptome** hat, sollte lieber zunächst zu Hause bleiben. Um seiner selbst willen und um andere zu schützen. Bei heftigen Symptomen sollten Sie einen Arzt anrufen.

## **Ansteckung**

*Wie wird das neue Coronavirus übertragen?*



### **Tröpfcheninfektion**

Beim Niesen, Husten und auch beim Sprechen stoßen wir **mikroskopische kleine Tröpfchen** aus. Darin können Viren sein, die sich dann **über die Luft** übertragen und von anderen Menschen eingeatmet werden können.



### **Schmierinfektion**

Niest eine **infizierte Person** beispielsweise in die Hand und **berührt danach eine Oberfläche**, können sich andere hier anstecken. Wer hinfasst und sich anschließend an Nase, Mund oder Augen berührt, kann das Virus bekommen. Auf trockenen Oberflächen scheinen die Viren weniger überlebensfähig zu sein.

Die Zeit zwischen der Infektion und dem Auftreten der ersten Symptome beträgt nach derzeitigen Daten bis zu vierzehn Tage. Oft scheint sie kürzer zu sein.