Bundesministerium
für Gesundheit

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Virusinfektionen – Hygiene schützt!

Mit einfachen Maßnahmen können Sie helfen, sich selbst und andere vor Infektionskrankheiten zu schützen.

Die wichtigsten Hygienetipps:

1. **Halten Sie ausreichend Abstand zu Menschen, die Husten, Schnupfen oder Fieber haben –** auch aufgrund der andauernden Grippe- und Erkältungswelle.

2. **Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch –** und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.

3. **Halten Sie die Hände vom Gesicht fern –** vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

4. **Waschen Sie regelmäßig und ausreichend lange (mindestens 20 Sekunden) Ihre Hände mit Wasser und Seife –** insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.

Weitere Informationen zum Schutz vor Infektionskrankheiten sowie aktuelle FAQ zum neuartigen Coronavirus finden Sie auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.infektionsschutz.de und www.bzga.de

infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.