

Die Händehygiene

Die wirksamste Maßnahme zur Vorbeugung einer Ansteckung durch Infektionskrankheiten ist häufiges und gründliches Händewaschen!

Waschen Sie Ihre Hände vor:

- Dem Essen
- Dem Zähneputzen
- Allen Tätigkeiten, bei denen Hand und Mund Kontakt haben
- Dem Rauchen
- Berührung von Lebensmitteln

Waschen Sie Ihre Hände nach:

- Benutzung der Toilette
- Husten oder Niesen mit vorgehaltener Hand
- Dem Essen

Waschen Sie Ihre Hände zusätzlich:

- Bei der Rückkehr in Ihre Kabine.
- Mehrmals am Tag, auch wenn es zunächst nicht notwendig erscheint.
- Achten Sie auf eine ausreichende Benetzung der Hände zunächst mit Wasser und dann mit Seife.
- Reiben Sie Ihre Hände gründlich und lange mit der Seife, auch zwischen den Fingern und im Nagelbereich.
- Spülen Sie die Hände danach gründlich mit warmem Wasser ab.
- Trocknen Sie Ihre Hände mit einem Einmalhandtuch.
- Die zusätzliche Verwendung eines Händedesinfektionsmittels verringert nochmals die Ansteckungsgefahr.