

Husten und Niesen



Nicht in die Hand husten oder niesen, sondern in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch. Abstand zu anderen halten!



Zum Naseputzen ein Papiertaschentuch nehmen. Aber nur einmal benutzen!



Taschentücher nicht herumliegen lassen oder auf den Boden werfen. Nicht in die Hose, Jackentasche oder die Rocktasche stecken. Nicht sammeln!



Papiertaschentücher gehören in den Mülleimer!



Bei Schnupfen häufig die Hände waschen!

Was muss ich beim Händewaschen beachten?



Hände unter fließendem Wasser anfeuchten!



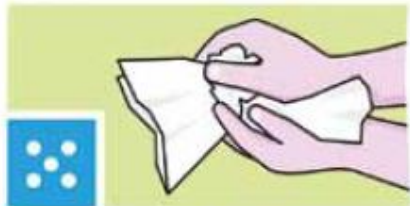
Hände mit Seife (am besten Flüssigseife, da Seifenstücke oft mit Keimen verunreinigt sind) vollständig einschäumen!



Auch die Zwischenräume der Finger und Fingerkuppen über 20–30 Sekunden reibend einschäumen!



Die Seife gründlich unter fließendem Wasser abspülen!



Die Hände sorgfältig mit einem sauberen Handtuch oder mit Einmalhandtüchern abtrocknen!