

explainity erklärt: Infektionsschutz

Täglich lauert auf uns eine Vielzahl von ansteckenden Krankheitserregern. Vor allem im öffentlichen Raum wie in Büros, Schulen, Shops oder in Bus und Bahn ist die Ansteckungsgefahr besonders groß.

Um sich während einer Virus-, Grippe- oder Erkältungswelle zu schützen, sollte man einige einfache Hygienemaßnahmen einhalten. Dadurch beugt man Infektionskrankheiten vor und fördert die Erhaltung der Gesundheit.

Erstens: Hände sind die häufigsten Überträger von Krankheitserregern. Handhygiene ist deshalb besonders wichtig für einen funktionierenden Infektionsschutz. Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich, mindestens zwanzig Sekunden lang mit Wasser und Seife. Sollte dies nicht möglich sein, kann auch Handdesinfektion helfen.

Zweitens: Berühren Sie sich nicht im Gesicht, an Mund, Nase und Augen, da die Krankheitserreger über die Schleimhäute aufgenommen werden.

Drittens: Verzichten Sie auf Körperkontakt mit anderen, wie Händeschütteln oder Umarmungen.

Viertens: Halten Sie außerdem genügend Abstand zu Menschen mit Erkrankungssymptomen.

Und Fünftens: Hat es sie doch einmal erwischt, drehen sie sich, wenn Sie husten oder niesen müssen, von anderen Menschen weg. Husten oder niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, das Sie unmittelbar danach entsorgen.

Beachten Sie diese Regeln, haben Viren und Bakterien es schwerer Sie anzugreifen und Sie bleiben gesund.

www.explainity.de

www.facebook.com/explainity

www.twitter.com/explainity

www.youtube.com/explainity

www.instagram.com/explainity

Hinweis: Die Erklärfilme und Texte des explainity education-projects wurden (bis auf Ausnahmen) für die private, nicht-kommerzielle Nutzung produziert und können für diese Nutzungsart kostenfrei verwendet werden. Die Nutzung der **Erklärfilme** für kommerzielle Zwecke sowie für die Nutzung zu Bildungszwecken jeglicher Art ist **lizenzpflichtig**. Die Transkripte (Texte) dürfen für Unterrichtszwecke kostenfrei verwendet werden. Weitere Infos hierzu finden Sie hier: www.explainity.de/education-project/. Bitte beachten Sie, dass die Videos und Texte weder inhaltlich noch grafisch verändert werden dürfen. Sämtliche Inhalte wurden nach bestem Wissen und Gewissen zum Zeitpunkt der Produktion erstellt. explainity übernimmt keine Gewähr für Aktualität, Vollständigkeit und Gültigkeit des Inhalts und haftet nicht für etwaige Fehler. © explainity - Alle Rechte vorbehalten.