

# Corona-Virus: Unsere Empfehlungen



Mit einfachen Maßnahmen können auch Sie helfen, sich selbst und andere vor Ansteckungen zu schützen, Krankheitszeichen zu erkennen und Hilfe zu finden.

## Schützen Sie sich!

- Halten Sie beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand – drehen Sie sich am besten weg.
- Niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das Sie danach entsorgen.
- Vermeiden Sie Berührungen, wenn Sie andere Menschen begrüßen. Auf das Händeschütteln sollten Sie derzeit verzichten.
- Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife.



## Handeln Sie richtig!

- Bitte nehmen Sie beim Betreten und Verlassen des Krankenhauses eine hygienische Händedesinfektion vor.
- Besucher, die Anzeichen eines grippalen Infekts (auch eine Erkältung gehört dazu) oder Fieber haben, sollten die Klinik bitte nicht betreten.
- Haben Sie sich in einem Gebiet in Deutschland oder im Ausland aufgehalten, wo bereits Erkrankungsfälle mit dem neuartigen Coronavirus aufgetreten sind? Sollten innerhalb von 14 Tagen die oben beschriebenen Krankheitszeichen auftreten, vermeiden Sie unnötige Kontakte zu weiteren Personen und bleiben Sie nach Möglichkeit zu Hause.
- Kontaktieren Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt per Telefon und besprechen Sie das weitere Vorgehen bevor Sie in die Praxis gehen. Hatten Sie Kontakt zu einer Person mit einer solchen Erkrankung? Wenden Sie sich an Ihr zuständiges Gesundheitsamt.

## Achten Sie auf erste Anzeichen!

Erste Krankheitszeichen sind Husten, Schnupfen, Halskratzen und Fieber. Einige Betroffene leiden zudem an Durchfall. Bei einem schweren Verlauf können Atemprobleme oder eine Lungenentzündung eintreten. Nach einer Ansteckung können Krankheitssymptome bis zu 14 Tage später auftreten.



### Informieren Sie sich umfassend!

Alle laufend aktualisierten Informationen finden Sie unter  
[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) (Bundesgesundheitsministerium)  
[www.rki.de](http://www.rki.de) (Robert-Koch-Institut)