

Informationen der Staatsregierung

Aktuelle Informationen zum Coronavirus:

→ Staatsministerium für Soziales und
Gesellschaftlichen Zusammenhalt

<https://www.sms.sachsen.de/coronavirus.html>

Wichtige Internetseiten:

Robert-Koch-Institut

Bundesgesundheitsministerium

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Corona-Hotline des SMS:
0351 564 55855

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Freistaat
SACHSEN

Was ist Corona?

Coronaviren verursachen beim Menschen verschiedene Krankheiten, von gewöhnlichen Erkältungen bis hin zu gefährlichen oder sogar potenziell tödlich verlaufenden Krankheiten wie dem Middle East Respiratory Syndrome (MERS) oder dem Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).
[Quelle: RKI]

Risikopersonengruppen:

- Personen ab 50 Jahren:
ältere Menschen können, bedingt durch das weniger gut reagierende Immunsystem, nach einer Infektion schwerer erkranken
- Personen mit Grunderkrankungen:
 - ❖ Herz-Kreislauf-Erkrankungen
 - ❖ Diabetiker
 - ❖ Atemwegserkrankungen
 - ❖ Bluthochdruck
- Personen, die sich in Risikogebieten aufgehalten haben
- Personen, die Kontakt zu Risikopersonen hatten

Verhaltensregeln für Risikopersonengruppen:

- Hygieneregeln zum Händewaschen
- Abstand von 1 bis 2 m zu anderen Personen halten
- zu Hause bleiben, wann immer möglich
- Zimmer regelmäßig lüften
- direkte menschliche Kontakte weit möglichst reduzieren
- jegliche gemeinschaftliche Treffen/Aktivitäten absagen
- öffentliche Einrichtungen meiden, z.B. Besuche in Altenheimen
- nicht notwendige Reisen absagen
- Heim/Telearbeitsmöglichkeiten nutzen

»Meine Bitte vor allem an
ältere Menschen sowie
Menschen mit
Vorerkrankungen:
Prüfen Sie bitte genau, ob
der Besuch von Kino,
Theater, Wochenmarkt
wirklich notwendig ist.«

*Petra Köpping, Sächsische Staatsministerin für
Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt*

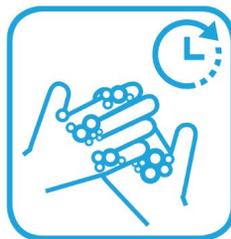
Piktogramme Händewaschen – 5 Schritte



Nass machen



Rundum einseifen



Zeit lassen



Gründlich abspülen



Sorgfältig abtrocknen

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Stand: 2017



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.



STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Freistaat
SACHSEN

Piktogramme Hygienetipps



Regelmäßig Hände waschen



Hände gründlich waschen



Hände aus dem Gesicht fernhalten



Richtig husten und niesen



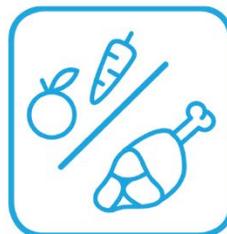
Abstand halten



Wunden schützen



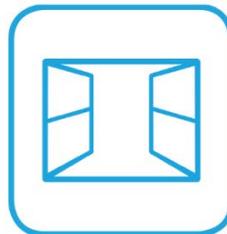
Auf ein sauberes Zuhause achten



Mit Lebensmitteln hygienisch umgehen



Wäsche heiß waschen



Regelmäßig lüften



Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armebeuge vor Mund und Nase.



5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

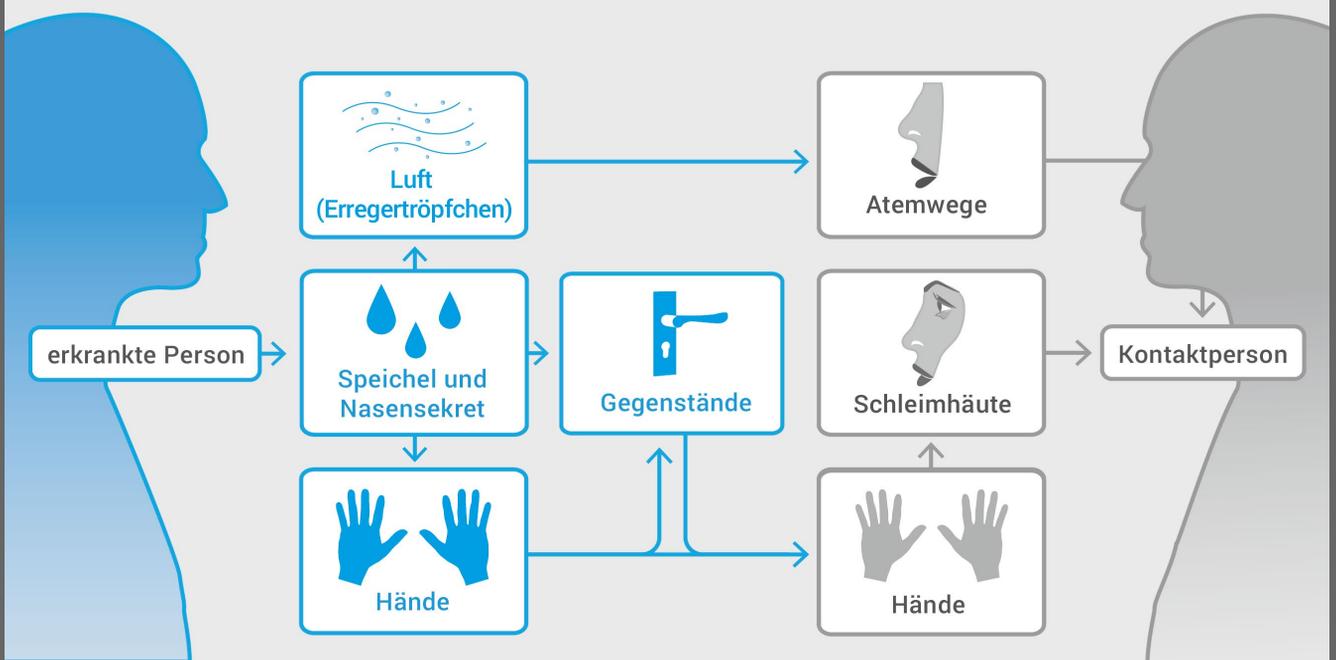
- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.

Übertragungswege von Atemwegsinfektionen





Bundesministerium
für Gesundheit



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Aktuelle Informationen zum Coronavirus

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



Schützen!

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, und waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife.



Erkennen!

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.



Handeln!

Haben Sie sich in einem Gebiet aufgehalten, in dem 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 oder wenden Sie sich an die Nummer **116 117** 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.

Alle Informationen unter:

 **116 117**

www.infektionsschutz.de

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Freistaat
SACHSEN