



# Statt eines Handschlags schenken wir Ihnen **unser Lächeln.**



## Warum?

- Es ist in unserem Kulturkreis ein fest verankertes Ritual, sich zur Begrüßung die Hand zu reichen. Aber dieses Ritual birgt Risiken, denn wir wissen, dass die Hände der Keimüberträger Nr. 1 sind – sowohl im Alltag als auch in der Klinik.
- Deshalb haben wir beschlossen, zukünftig auf das Händeschütteln zu verzichten und Ihnen stattdessen zur Begrüßung ein Lächeln zu schenken.

*Ihre Klinikleitung*





## Die wichtigsten Hygiene Tipps zum eigenen Infektionsschutz

Keime wie Bakterien, Viren oder Pilze finden sich überall in der Umwelt. Krankheitserreger können von Mensch zu Mensch, über die Hände oder gemeinsam benutzte Gegenstände weiterverbreitet werden. Einfache Hygienemaßnahmen tragen im Alltag dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

### Hände desinfizieren

3-5 ml Händedesinfektionsmittel in die hohle Hand geben und über 30 Sekunden in die Hände einreiben, sind das Beste und die effektivste Maßnahme, die Sie und andere vor Infektionen schützen.

### Händewaschen

Das Waschen der Hände ist eine weitere wichtige Präventionsmaßnahme. Dabei sollte die Seife 20-30 Sekunden lang gründlich mit lauwarmen Wasser in den Händen verrieben werden. Anschließend mit lauwarmen Wasser abgewaschen werden und mit einem Einmalhandtuch abgetrocknet werden.

### Husten und Niesen

Halten Sie beim Husten oder Niesen Abstand zu anderen Personen. Drehen Sie sich zur Seite und husten und niesen Sie in Ihre Ellenbeuge. Verwenden Sie Einmaltaschentücher und entsorgen Sie diese anschließend in einen Abfallbehälter mit Deckel. Nach dem Nase putzen, Niesen oder Husten sind die Hände zu waschen oder besser die Hände zu desinfizieren!

### Hände aus dem Gesicht fernhalten

Vermeiden Sie es mit Ihren Händen ins Gesicht zu fassen und dabei Mund, Nase oder Augen zu berühren.

### Auf Distanz gehen

Verzichten Sie auf enge Kontakte, auch das Schütteln der Hände zur Begrüßung fällt darunter. Erklären Sie Ihrem Gegenüber, dass zurzeit dadurch eine Ansteckung vermieden werden kann.

### Umgang mit Gegenständen

Gegenstände, die man gemeinsam mit anderen benutzt, wie die Computermouse, Tastaturen oder Mobiltelefone, sollte man regelmäßig mit einem Tuch zur Flächendesinfektion desinfizieren.

### Regelmäßig lüften

Lüften Sie mehrmals täglich für einige Minuten die Räume in denen Sie sich aufhalten.



Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

Ihre Klinikleitung

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

