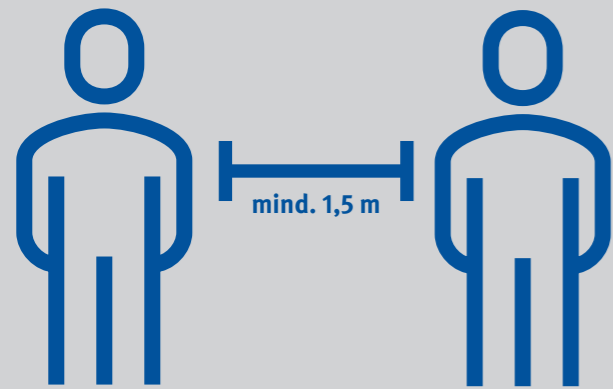


Wie man sich vor Ansteckung schützt

Wenn eine ansteckende Krankheit sich länderübergreifend ausbreitet, spricht man von einer Pandemie. Nicht nur das Coronavirus, das seit Anfang 2020 die Medien beherrscht, ist so ein Fall. Sehr viel häufiger, aber ebenfalls schwerwiegend, sind die regelmäßigen Grippewellen. Wenn Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer einige einfache Tipps beherzigen, verringern sie das Ansteckungsrisiko für sich und andere.



1 Mindestabstand 1,5 Meter

Halten Sie mindestens 1,5 Meter Abstand zu anderen Personen und verzichten Sie auf den sonst üblichen Händedruck. Niesen oder husten Sie in ein Einwegtaschentuch, das Sie gleich entsorgen, oder in die Armbeuge. Wenden Sie sich hierbei von anderen Personen ab.

2 Händehygiene

Waschen Sie sich häufiger die Hände! Insbesondere, nachdem Sie Gegenstände berührt haben, die von vielen Menschen angefasst werden, etwa in öffentlichen Verkehrsmitteln. Ebenso vor dem Zubereiten sowie Verzehr von Speisen. Vermeiden Sie es, sich unbewusst im Gesicht, vor allem an Mund, Nase und Augen, zu berühren. Wo Händewaschen nicht möglich ist, sollte ein Mittel zur Händedesinfektion parat sein.



3 Mund-Nase-Bedeckung

Mund-Nase-Bedeckungen (MNB) gehören zum Corona-Alltag, ob beim Einkauf oder in der Bahn. Während der Arbeit sollten MNB gemäß SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard immer dann getragen werden, wenn der Sicherheitsabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann und Atemschutz als PSA nicht vorgeschrieben ist.



4 Arbeitsräume lüften

Wo Menschen zusammenkommen und arbeiten, gelangen Krankheitserreger in die Raumluft. Eine gute Belüftung sorgt dafür, dass die Konzentration an Erregern verringert wird. Lüften Sie Arbeitsräume regelmäßig.

5 Betriebliches Vorgehen

Jeder Betrieb sollte eine Pandemieplanung haben. Das heißt, er sollte Maßnahmen und Verantwortlichkeiten festlegen, um bei einer Krankheitswelle die betrieblichen Abläufe dennoch sicherzustellen. Bei Einzelfragen sprechen Sie bitte Ihre Vorgesetzten an. Zum Beispiel: ob Sie vorübergehend vom Homeoffice aus arbeiten können oder ob ein Außentermin durch eine Videokonferenz ersetzt werden kann. Beratung in Gesundheitsfragen erhalten Sie von Betriebsärztinnen und Betriebsärzten.



ÄRZTLICHEN RAT BEFOLGEN

Wenn Sie Symptome haben, die auf mehr als eine Erkältung hindeuten: Wenden Sie sich bitte an Ihre Hausärztin bzw. Ihren Hausarzt. Bevor Sie in die Sprechstunde gehen, sollten Sie in der Praxis anrufen. Vor allem im Zusammenhang mit dem Coronavirus wird dies immer wieder nachdrücklich empfohlen. Denn auch im Wartezimmer herrscht Ansteckungsgefahr. Die Ärztin bzw. der Arzt entscheidet, wie vorzugehen ist, und bezieht bei Bedarf das Gesundheitsamt mit ein.



Diesen Aushang finden Sie zum Download unter:

aug.dguv.de