

Richtig Hände waschen

Warum?

An den Händen haften immer unzählige Bakterien – und jetzt eben auch Corona-Viren.

Diese geben wir weiter – an uns selbst, in dem wir uns z.B. ins Gesicht fassen, an andere z.B. beim Handschlag und an Gegenstände, die auch andere Menschen berühren.

Bekannt ist, dass das neue Corona-Virus auf Flächen einige Zeit überleben kann. Denken Sie an Türklinken, Klingelknöpfe, Handläufe, Handys, Kulis, Einkaufswagen usw.

Intensives Händewaschen verringert die Zahl an Viren und Bakterien sehr deutlich. Eine Übertragung von Corona-Viren wird so eine zeitlang sehr viel unwahrscheinlicher.

Wie oft Hände waschen?

So oft, wie möglich – auf jeden Fall nach jedem Toilettengang und vor jedem (!) Essen – auch wenn Sie nur schnell mal schnell etwas Naschen wollen.

Zudem auf jeden Fall unverzüglich ...

nach jedem Kontakt mit Menschen, die nicht bei Ihnen wohnen (Postbote, Lieferanten, Nachbarn, Freunde, auch Angehörige, nach Arztbesuchen usw.)

nach jedem Einkauf (Lebensmittel, Tanken, Zeitungen, Apotheke, Post, Geldautomat usw.)

und immer nachdem Sie Dinge angefasst haben, die vorher andere in der Hand hatten (Post, Zeitungen, Pakete, Handys, Verpacktes, Kaffeetassen, Kugelschreiber usw.).

Woran sollte man beim Händewaschen denken?

Bitte ca. 30 Sekunden mit Seife waschen!

Bis über die Handgelenke einseifen, Handflächen, Handrücken, Fingerzwischenräume, Daumen, Fingerkuppen und Fingernägel abseifen.

(Denken Sie daran, die Uhr abzumachen und auch mal den Ring zu verschieben.)

Anschließend abspülen, bis keine Seife mehr an der Hand ist.
Gut abtrocknen, am besten mit Papierhandtüchern zuhause das Handtuch häufiger wechseln.