

Coronavirus

10 Verhaltens-empfehlungen

nach den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation WHO, dem European Centre for Disease Prevention and Control ECDC und dem Istituto Superiore di Sanità ISS

Quelle: Nuovo coronavirus, 10 comportamenti da seguire – Ministero della Salute

Stand: 24.02.2020
Übersetzung: Südtiroler Sanitätsbetrieb



10 Verhaltensempfehlungen

1. Häufiges Händewaschen
2. Den nahen Kontakt mit Personen, die an akuten Atemwegsinfekten leiden, meiden
3. Nicht mit den Händen in die Augen, Nase oder Mund fassen
4. Mund und Nase, im Falle von Niesen oder Husten, bedecken
5. Ohne ärztliche Verschreibung keine antiviralen oder antibiotischen Medikamente einnehmen
6. Oberflächen mit Desinfektionslösungen auf Chlor- oder Alkoholbasis reinigen
7. Eine Maske nur dann tragen, wenn der Verdacht auf eine Erkrankung besteht oder erkrankte Personen gepflegt werden
8. Produkte „Made in China“ und Pakete aus China sind nicht gefährlich
9. Im Falle von Fieber oder Husten nach einem Aufenthalt in China, der weniger als 14 Tage her ist, kann die grüne Nummer 1500 angerufen werden
10. Haustiere verbreiten das Coronavirus nicht

1. Häufiges Händewaschen

Händewaschen und Händedesinfektion sind wesentlich, um eine Infektion zu verhindern.

Die Hände müssen mit Wasser und Seife für mindestens 20 Sekunden gewaschen werden. Falls kein Wasser und keine Seife zur Verfügung stehen, kann auch ein Händedesinfektionsmittel auf 60%-iger Alkoholbasis verwendet werden.

Händewaschen beseitigt das Virus.

2. Den nahen Kontakt mit Personen, die an akuten Atemwegsinfekten leiden, meiden

Halten Sie mindestens einen Meter Abstand zu anderen Personen, ganz besonders, wenn diese husten, niesen oder Fieber haben.

Das Virus ist enthalten in den Speicheltröpfchen und kann über einen kurzen Abstand weitergegeben werden.

3. Nicht mit den Händen in die Augen, Nase oder Mund fassen

Das Virus wird vorrangig über die Atemwege übertragen, aber es kann auch durch die Augen, die Nase oder den Mund in den Körper gelangen.

Aus diesem Grund berühren Sie Augen, Nase oder Mund nicht mit ungewaschenen Händen.

Die Hände können nämlich in Kontakt mit virusinfizierten Oberflächen gekommen sein und so kann eine Ausbreitung im Körper ermöglicht werden.

4. Mund und Nase, im Falle von Niesen oder Husten, bedecken

Wenn Sie eine akute Atemwegsinfektion haben, vermeiden Sie engen Kontakt mit anderen Personen, husten Sie in Ihre Ellbeuge oder in ein Taschentuch, am besten in ein Papiertaschentuch, welches nur einmal benutzt wird, tragen Sie eine Maske und waschen Sie sich die Hände.

Falls Sie den Mund mit den Händen berühren, können Sie Gegenstände oder Personen, mit denen Sie in Kontakt sind, infizieren.

5. Ohne ärztliche Verschreibung keine antiviralen oder antibiotischen Medikamente einnehmen

Zum aktuellen Zeitpunkt gibt es keine wissenschaftlichen Erkenntnisse, dass die Einnahme von antiviralen Medikamenten einer Infektion mit dem neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) vorbeugen kann.

Antibiotika sind gegen Viren wirkungslos, sie wirken nur gegen Bakterien. Das SARS-CoV-2 ist ein Virus und somit werden Antibiotika nicht als Vorbeuge- bzw. Behandlungstherapie gegeben, außer, es kommen Co-Infektionen bakterieller Natur dazu.

6. Oberflächen mit Desinfektionslösungen auf Chlor- oder Alkoholbasis reinigen

Chemische Desinfektionslösungen auf Basis von Bleichmitteln/Chlor, Lösungsmitteln, 75%-igem Ethanol, Peroxyessigsäure und Chloroform, können das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) auf Oberflächen abtöten.

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

7. Eine Maske nur dann tragen, wenn der Verdacht auf eine Erkrankung besteht oder erkrankte Personen gepflegt werden

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt den Gebrauch einer Maske nur dann, wenn der Verdacht besteht, mit dem neuen Coronavirus infiziert zu sein, und Symptome wie Husten oder Niesen vorliegen, oder Personen mit Verdacht auf Coronavirus (seit Kurzem aus China zurück und mit Atemwegssymptomen) gepflegt werden.

Gebrauch der Maske

Der Gebrauch der Maske hilft, die Verbreitung des Virus einzudämmen, aber er muss immer als Zusatz zu den Hygienemaßnahmen gesehen werden, wie z.B. ausgiebiges Händewaschen für mindestens 20 Sekunden.

Es ist unnütz, mehrere Masken übereinander zu tragen.

8. Produkte „Made in China“ und Pakete aus China sind nicht gefährlich

Die Weltgesundheitsorganisation teilt mit, dass Personen, welche Pakete aus China erhalten, keinem Risiko für das neue Coronavirus ausgesetzt sind, weil dieses auf Oberflächen nicht lange überleben kann.

Bis heute gibt es keine Erkenntnisse, dass Gegenstände, welche in China oder anderswo produziert werden, das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) übertragen können.

9. Im Falle von Fieber oder Husten nach einem Aufenthalt in China, der weniger als 14 Tage her ist, kann die grüne Nummer 1500 angerufen werden

Die Inkubationszeit mit dem neuen Coronavirus beträgt zwischen einem und 14 Tagen. Falls Sie von einem China-Aufenthalt, welcher weniger als 14 Tage zurückliegt, zurückgekommen sind oder Kontakt mit Personen hatten, welche von einem China-Aufenthalt, welcher weniger als 14 Tage zurückliegt, und Sie unter Fieber, Husten, Atemschwierigkeiten, Muskelschmerzen und Müdigkeit leiden, rufen Sie die grüne Nummer 1500 des Gesundheitsministeriums an, um weitere Informationen zu erhalten.

Setzen Sie eine Maske auf, wenn Sie in Kontakt mit anderen Personen sind, benutzen Sie Einweg-Taschentücher und waschen Sie sich gründlich die Hände.

10. Haustiere verbreiten das Coronavirus nicht

Derzeit gibt es keine Hinweise, dass Haustiere wie Hunde oder Katzen vom Virus befallen werden können.

Trotzdem ist es immer empfehlenswert, nach Kontakt mit Tieren die Hände mit Wasser und Seife zu waschen.