Hygiene-Unterweisung für Mitarbeiter

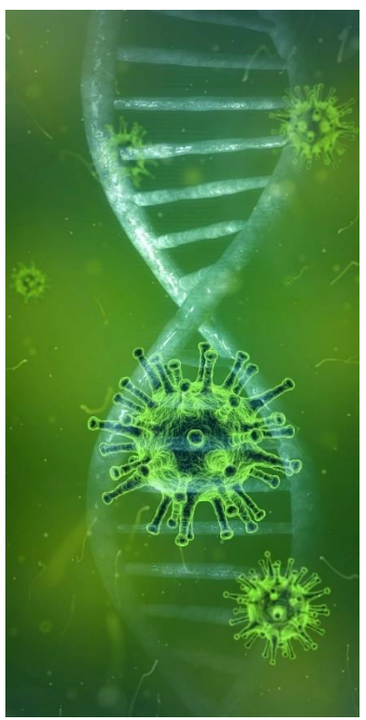
Thema: Gute-Hygiene-Praxis

Pandemie



- bezeichnet das weltweite Auftreten einer Erkrankung durch einen Erreger, der schwere Erkrankungen hervorruft
- das Immunsystem ist nicht vorbereitet und daher auch nicht geschützt

Corona – COVID-19

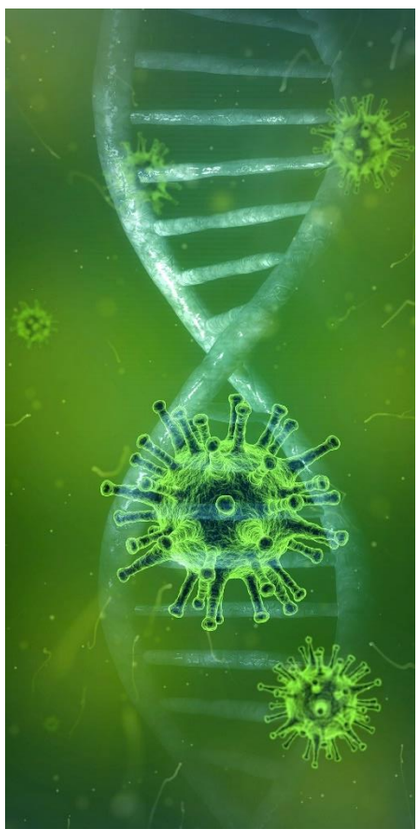


- Das neuartige Virus verbreitet sich von Mensch zu Mensch über die Luft durch eine Tröpfcheninfektion.
- Denkbar ist auch eine Übertragung über Schmierinfektionen und eine Ansteckung über die Bindehaut der Augen.
- Die Krankheitsverläufe sind unspezifisch, vielfältig und variieren stark, von symptomlosen Verläufen bis zu schweren Lungenentzündungen mit Lungenversagen und Tod.

Häufig genannte Symptome sind:

Husten, Fieber, Schnupfen oder Halsschmerzen. Bei einem Großteil der Infizierten verläuft die Krankheit mild bis moderat.

Corona – COVID-19



Risikogruppen für schwere Krankheitsverläufe

- Ältere Menschen (mit stetig steigendem Risiko ab etwa 50-60 Jahren)
- Raucher
- Menschen mit bestimmten Vorerkrankungen, wie z.B. des Herz-Kreislauf-Systems, der Lunge, Leber oder des Immunsystems

Inkubationszeit

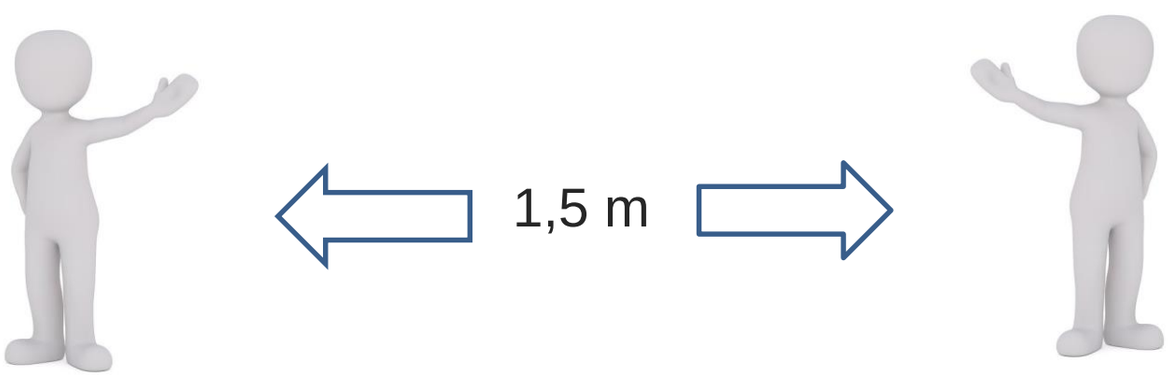
- die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Erkrankung
- liegt im Mittel zwischen 5-6 Tagen, bei einer Spannweite von 1-14 Tagen
- manche Menschen entwickeln nach einer Infektion keine Symptome, sind aber für andere infektiös

Hygiene – geht alle an

Die Einhaltung einer guten persönlichen Hygiene im Privatem, wie im Arbeitsleben, vermag die Verbreitung des Influenzavirus am effektivsten zu verhindern.

Halten Sie Abstand zu Ihren Mitmenschen

Begrüßen Sie andere Menschen, ohne sie zu Berühren und wahren Sie einen Abstand von 1,5 Metern



Händehygiene – eine einfache und effektive Maßnahme



- Beschäftigte und Mitarbeiter, die in Kontakt mit Lebensmitteln, Gegenständen und anderen Personen kommen, haben einen hohen Standard körperlicher Sauberkeit zu beachten.
- Eine gute Händehygiene setzt der Verbreitung von Keimen und Viren eine Grenze.
- Zur Vermeidung von Schmierinfektionen müssen die Hände regelmäßig sorgfältig gewaschen, getrocknet und ggf. desinfiziert werden.
- Denken Sie auch an die richtige Pflege der Hände mit einer rückfettenden Pflegecreme, um das Austrocknen der Haut zu verhindern.

Landwirtschaftskammer Niedersachsen

Hände r i c h t i g waschen



1 Hände mit lauwarmem Wasser anfeuchten



2 Schonende Seife auftragen, diese 20 – 30 Sekunden (siehe Bild 3 -8) einreiben



3 Handinnenflächen und Handseiten einreiben



4 Handrücken einreiben



5 Fingerzwischenräume einreiben



6 Finger einreiben



7 Daumen einreiben



8 Fingerkuppen und Nägel einreiben



9 Hände mit lauwarmem Wasser abspülen



10 Hände mit Einweghand-tüchern abtrocknen



11 Wasserhahn mit einem Einweghandtuch schließen



12 Die Hände sind jetzt sauber

20 - 30 Sekunden

Einweghandtücher benutzen

Händehygiene

Landwirtschaftskammer Niedersachsen

Handoberflächen sind Quellen verschiedenster Keime und müssen immer wieder gereinigt werden:



Matthias Brandner

- unmittelbar vor Arbeitsantritt
- nach jedem Toilettenbesuch
- nach dem Entsorgen von Müll
- nach dem Einkauf
- nach dem Berühren von Geld
- nach Pausen
- nach Reinigungsarbeiten
- nach dem Naseputzen oder dem Haare kämmen
- nach dem Husten oder Niesen in die Hände
- nach dem Berühren von Eiern bzw. Eierschalen
- nach und vor dem Berühren von Fisch, Fleisch, Hackfleisch und Geflügel
- beim Arbeitsplatzwechsel
- …

Desinfektion von Händen und Flächen



- Im privaten Umfeld ist eine Hände- und Flächendesinfektion im Allgemeinen nicht erforderlich

  es sei denn, es liegt eine Infektion mit dem Corona Virus vor

- Wenn keine Möglichkeit besteht, sich regelmäßig die Hände zu waschen, sollte ein Desinfektionsmittel verwenden werden.

  dies betrifft z.B. Seminarräume, Kantinen oder den Eingangsbereich von Betrieben oder Einrichtungen

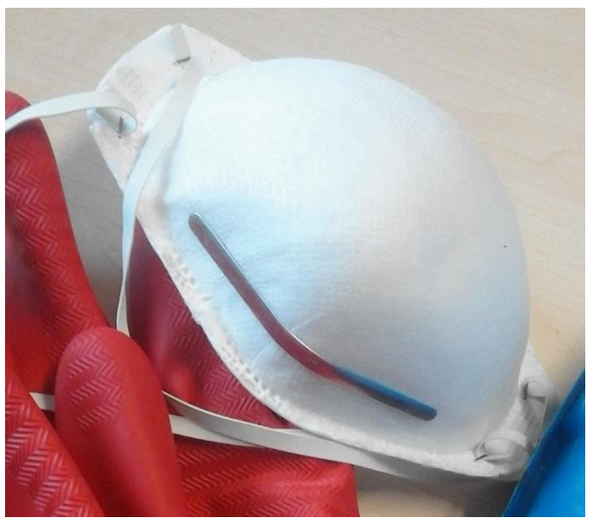
Husten- und Niesregeln – verhindern die Verteilung im Raum

- verwendet Sie zum Husten und Niesen ein Taschentuch, das verhindert eine weite Verbreitung der Viren im Raum



- halten Sie Abstand zu Ihren Mitmenschen, wenn Sie einen Husten- oder Niesreiz spüren
- **und drehen Sie sich von anderen Menschen weg!**
- wenn Sie kein Taschentuch zur Hand haben, halten Sie die Armbeuge vor Nase und Mund

Mund-Nasen-Schutz



Matthias Brandner

- ist eine sinnvolle Maßnahme, um eine Übertragung des Virus zu verhindern
- verhindert, das Viren beim Niesen, Sprechen oder Husten in die Luft gelangen und sie gesunde Menschen einatmen
- **selbstgefertigte/-genähte Atemschutzmasken** bieten einen Infektionsschutz für andere, da die Viren durch das Tragen einer Maske nicht so weit verteilt werden können
- besser ist jedoch, den Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 m einzuhalten, da der Infektionsschutz der selbstgefertigten Maske **nicht klinisch** getestet wurde

Hände vom Gesicht fern halten



Matthias Brandner

vermeiden Sie möglichst, sich mit ungewaschenen Händen ins Gesicht zu fassen und Mund, Nase oder die Augen zu berühren

Wunden schützen

- decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab
- Einweghandschuhe bieten einen zusätzlichen Schutz



Auf ein sauberes Zuhause achten



- Reinigen Sie Bad und Küche regelmäßig mit den üblichen Haushaltsreinigern
- Lassen Sie die Putzlappen nach Gebrauch trocknen und wechseln Sie sie regelmäßig aus

Geschirr und Wäsche heiß waschen

Benutzen Sie für den Abwasch warmes Wasser und ein Spülmittel.

Wählen Sie bei der Spülmaschine ein Programm mit mindestens 60°C Wassertemperatur.



Rainer Sturm – pixelio.de

Wechseln Sie Spüllappen und Putztücher regelmäßig.

Waschen Sie die Wäsche bei mindestens 60°C

- Handtücher
- Bettwäsche
- Unterwäsche etc.

Lebensmittel hygienisch behandeln



- Bewahren Sie kühlpflichtige, empfindliche Lebensmittel stets im Kühlschrank auf
- Vermeiden Sie den Kontakt von rohen tierischen Produkten mit Lebensmitteln, die roh verzehrt werden
- Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70°C
- Waschen Sie rohes Gemüse und Obst vor dem Verzehr **immer** gründlich ab

Regelmäßig lüften



Bild von Stock Snap auf Pixabay

Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit weit geöffneten Fenstern.

Im Krankheitsfall – welche Maßnahmen stehen an?

- Wenn Sie sich krank fühlen oder Krankheitszeichen wie Fieber, Husten, Atembeschwerden und schweres Krankheitsgefühl entwickeln, informieren Sie umgehend Ihren Arbeitgeber und das Gesundheitsamt

- Wenn Sie wegen einer anderen Erkrankung Medikamente oder eine ärztliche Behandlung benötigen, nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Hausarztpraxis oder einer entsprechenden Facharztpraxis auf.

- In dringenden Fällen rufen Sie die **Telefonnummer 116117** (ärztlicher Bereitschaftsdienst) an. Weisen Sie in dem Telefonat unbedingt auf Ihre häusliche Quarantäne hin. Der Notruf 112 oder eine Rettungsstelle sollte ausschließlich für akute Notfälle (z.B. Atemnot) genutzt werden.

Quelle: Infektionsschutz, BZgA

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

-

Bleiben Sie gesund!