



Neue Influenza A(H1N1)

**Ich hab's. Sie haben's auch –
in der Hand sich zu schützen**

Allgemeine Hygienetipps

Neue Influenza A(H1N1) – Allgemeine Hygienetipps

Derzeit treten vermehrt Krankheitsfälle aufgrund des neuen Grippevirus A(H1N1) auf. Krankheitsanzeichen und Übertragungsweg ähneln der saisonalen Influenza.

Krankheitszeichen

- Plötzlich beginnendes Krankheitsgefühl mit Fieber (über 38 Grad Celsius), Atemwegsbeschwerden, Husten, Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen
- Halsschmerzen und Schnupfen
- Durchfall und Erbrechen können auftreten

Schützen Sie sich und andere Personen vor einer Ansteckung durch die Einhaltung einfacher Hygienemaßnahmen:



Händehygiene

- Waschen oder desinfizieren Sie sich regelmäßig die Hände.
- Verwenden Sie Wasser und Seife beim Händewaschen.
- Halten Sie die Hände vom Gesicht fern.



Husten/Niesen

- Husten/Niesen Sie nicht in die Hände, sondern in den Ärmel.
- Wenden Sie sich beim Husten/Niesen von anderen Personen ab.
- Verwenden Sie Papiertaschentücher und entsorgen Sie diese sofort nach Gebrauch.



Regelmäßig Lüften

- Lüften Sie mehrmals täglich für jeweils zehn Minuten.



Krankheit zu Hause auskurieren

- Bei ersten Krankheitszeichen kontaktieren Sie unverzüglich Ihre Ärztin/Ihren Arzt.
- Bleiben Sie während der Krankheit zu Hause.

Hotline: 05 05 55 555