

# Tipps zur Vermeidung von Atemwegsinfektionen

Waschen Sie sich regelmäßig die Hände mit Wasser und Seife oder verwenden Sie hydroalkoholisches Gel



Lüften Sie Innenräume optimal und regelmäßig



Husten oder niesen Sie in ein Einwegtaschentuch oder in die Armbeuge und waschen Sie sich die Hände



Anfällige Gesundheit? Tragen Sie an Orten mit großen Menschenansammlungen eine Mundmaske



Lassen Sie sich impfen, wenn Sie selbst oder Ihre Angehörigen gefährdet sind oder wenn Sie im Gesundheitswesen arbeiten

Sind Sie krank? Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie Kontakte, tragen Sie einen Mundschutz noch für einige Tage danach (mindestens 5 Tage nach Auftreten der Symptome)

