

# Hygiene- und Infektionsschutzempfehlungen zum Umgang mit der Corona-Pandemie

Die nachfolgenden Hygiene- und Infektionsschutzempfehlungen fassen die Empfehlungen zusammen, die von Privatpersonen zur Vermeidung von Infektionen in möglichst allen Lebensbereichen beachtet werden sollten.

## **I. Allgemeine Verhaltensempfehlungen zum Infektionsschutz**

### **1. Empfohlene Schutzimpfungen wahrnehmen!**

Auch in den kommenden Wochen und Monaten ist die Schutzimpfung gegen das Coronavirus SARS-CoV-2 für eine erfolgreiche Bewältigung der Pandemie besonders wichtig. Denn nur sie bietet den bestmöglichen Schutz vor schweren Erkrankungen. Daher sollten die von der Ständigen Impfkommission empfohlenen Impfungen mit einem der zugelassenen Impfstoffe weiterhin dringend wahrgenommen werden. Dies gilt sowohl für die Grundimmunisierung als auch für etwaige Auffrischungsimpfungen.

### **2. Kein Kontakt mit anderen bei typischen Symptomen einer Coronainfektion!**

Ein Kontakt mit anderen Personen sollte unbedingt vermieden werden, wenn typische Symptome einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 oder eine akute Infektion vorliegen. In diesen Fällen sollte schnellstmöglich ein Coronatest durchgeführt werden.

### **3. Maskentragen in Innenräumen und bei Nichteinhaltung von Mindestabständen!**

In Innenräumen und dort, wo die Mindestabstände zu anderen Personen nicht eingehalten werden können und keine anderen Schutzmaßnahmen greifen, kann das Risiko einer Ansteckung durch Tröpfcheninfektionen oder Aerosole durch das Tragen einer medizinischen Maske - oder noch wirksamer durch das Tragen einer FFP2-Maske - erheblich reduziert werden. Gerade in Innenräumen mit vielen unbekanntenen Personen wird daher das Tragen einer Maske bis auf Weiteres empfohlen. Auch im Außenbereich ist bei nahen Begegnungen eine Tröpfcheninfektion möglich und kann durch das Tragen einer Maske erheblich reduziert werden.

### **4. Möglichst 1,5 Meter Abstand zu fremden Personen einhalten!**

Bei Begegnungen mit fremden Personen und auch bei zufälligen kurzen Kontakten mit Bekannten sollte ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden. Jeder nähere Kontakt birgt ein Infektionsrisiko. Die Abstandsregel sollte vor allem bei flüchtigen Zufallskontakten eingehalten werden.

### **5. Allgemeine Hygieneregeln unbedingt beachten!**

Regelmäßiges gründliches Händewaschen – gerade nach Kontakt mit anderen Personen oder einem Aufenthalt im öffentlichen Raum – sowie die Vermeidung der Ausbreitung möglicher eigener Infektionen durch Niesen in die Armbeuge und die Vermeidung von Körperkontakt zu fremden Personen sollten unbedingt fortgeführt werden, solange die Corona-Infektionen sich ausbreiten.