

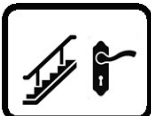




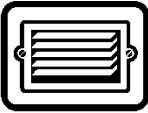




SARS-CoV-2 (CoViD-19)

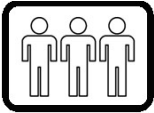
Allgemeine Schutzmaßnahmen



Was	Wie
Erläuterung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dieser Plan regelt generelle Vorsichtsmaßnahmen in der Bevölkerung und in Betrieben in Bezug auf das neuartige Coronavirus SARS-CoV2. In Einrichtungen des Gesundheitswesens sind vor allem, im Rahmen der Patientenbetreuung zusätzliche Maßnahmen nötig. ➤ Dieser Plan <u>gilt nicht</u> für den <u>Umgang mit Erkrankten</u>. ➤ Das Robert-Koch-Institut (RKI) rät zum Schutz vor einer Ansteckung zu grundsätzlichen Maßnahmen, die auch zum Schutz vor <u>allen</u> Atemwegsinfektionen überall und jederzeit angeraten sind. ➤ Um sich selbst und andere vor Atemwegsinfektionen zu schützen, sind daher <u>nach derzeitigen Kenntnisstand</u> die folgenden Maßnahmen zu empfehlen. ➤ alle nachfolgenden Informationen stehen jedoch unter dem Vorbehalt neuerer Erkenntnisse (s. insb. www.rki.de/covid-19 und www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html)
Informationen zum Infektionsgeschehen	
Informationen zum Erreger	<ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Bezeichnungen für den Erreger:</u> <ul style="list-style-type: none"> – SARS-CoV-2 = <u>S</u>chweres <u>A</u>kutes <u>R</u>espiratorisches <u>S</u>yndrom <u>C</u>orona <u>V</u>irus – ehem. 2019 nCoV = <u>n</u>eues <u>C</u>orona <u>V</u>irus ➤ <u>Bezeichnung für die Erkrankung:</u> <ul style="list-style-type: none"> – CoViD-19 = <u>C</u>orona <u>V</u>irus <u>D</u>isease 2019 (Disease = engl. Krankheit)
Krankheitsbild „CoViD-19“	<ul style="list-style-type: none"> ➤ es treten teilweise auch völlig symptomfreie oder symptomarme Verläufe auf (so verliefen bei den bisher berichteten Fällen ca. 80% der Erkrankungen mild bis moderat) ➤ bei Erkrankten sind die häufigsten Symptome: Fieber >38°C, Schnupfen, Halsschmerzen und Husten ➤ darüber hinaus können Störungen des Geruchs- und Geschmackssinns sowie allgemeine Symptome wie Müdigkeit, Appetit- und Gewichtsverlust, Kopf-, Rücken-, Muskelschmerzen sowie Übelkeit, Erbrechen und Durchfall auftreten ➤ schwerere Verläufe mit Atemproblemen und Lungenentzündung sind ebenfalls möglich ➤ Todesfälle traten bisher vor allem bei älteren Menschen und/oder Menschen mit chronischen Grunderkrankungen auf ➤ viele medizinische Prognosefaktoren der Erkrankung sind momentan noch nicht vollständig bekannt, zum Beispiel bzgl. der Ansteckungsfähigkeit, der Inkubationszeit, der Schwere des Krankheitsverlaufes sowie der Dauer der Erregerausscheidung
Infektionswege	<ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Hauptinfektionsweg</u> ist die <u>Übertragung durch Tröpfchen</u> aus den Atemwegen (z.B. beim Atmen, Sprechen, Singen, Niesen und Husten) ➤ evtl. sind auch <u>Kontaktinfektionen</u> möglich, d.h. durch Objekte, die mit Atemwegssekreten kontaminiert sind (insb. durch die Hände, aber auch Taschentücher und Gegenstände) ➤ eine <u>Übertragung durch Ausscheidungen</u> (Stuhl) gilt als unwahrscheinlich ➤ eine <u>Luftübertragung</u> über weitere Strecken (> 2m) wird kontrovers diskutiert
Infektiöses Material	<ul style="list-style-type: none"> ➤ insb. Atemwegssekrete ➤ dies gilt auch für Betroffene mit sehr frühen oder nur schwachen Symptomen




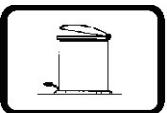

Was	Wie
 <p>Definition Quarantäne und Isolation</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Quarantäne: <ul style="list-style-type: none"> – zeitweilige Absonderung symptomfreier Personen, bei denen eine Ansteckung wahrscheinlich ist, da sie in Kontakt mit einer (oder mehreren) ansteckenden Person(en) waren (Exposition) – während der Quarantäne wird die Entwicklung von Krankheitszeichen mit dem Ziel der frühzeitigen Erkennung einer Infektion von Kontaktpersonen überwacht und das Risiko einer unbemerkten Übertragung auf Andere auf ein Minimum reduziert ➤ Isolation (= Isolierung): <ul style="list-style-type: none"> – betrifft die Absonderung nachgewiesener Erkrankter, symptomatischer Verdachtsfälle oder nachweisbar infizierter Personen – durch die Isolierung soll verhindert werden, dass eine infizierte Person in der Zeit, in der sie den Erreger ausscheidet und ansteckend ist, Kontakt zu anderen Personen hat und diese ansteckt
<p>Hinweis</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ vertrauen und verbreiten Sie keine zweifelhaften Social-Media-Informationen ➤ weitere Informationen auf https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/verlaessliche-informationen-erkennen.html
Allgemeine Informationen zum Eigenschutz und Schutz des Umfeldes vor SARS-CoV-2	
 <p>Händehygiene</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hände häufiger als gewohnt waschen <ul style="list-style-type: none"> – insb. vor Nahrungsaufnahme, beim Betreten der Wohnung, nach der Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, nach dem Toilettengang und bei sichtbar schmutzigen Händen ➤ hygienegerechtes Waschen der Hände: <ul style="list-style-type: none"> – Hände einschließlich der Handgelenke sorgfältig mit Seife einschäumen und reiben – das Einseifen sollte 20-30 Sekunden dauern, dann gründlich mit Wasser abspülen – zum Trocknen der Hände sollten, wenn möglich, Einweg-Papiertücher genutzt werden, ansonsten frische, persönliche Handtücher verwenden und mehrmals täglich austauschen ➤ in bestimmten Situationen alternativ ein beliebiges Händedesinfektionsmittel verwenden (z.B. für unterwegs)
 <p>Oberflächenkontakte</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ so wenig Kontakt wie möglich zu Oberflächen, die täglich von besonders vielen Menschen berührt werden – ist dies nicht möglich siehe Punkt Händehygiene ➤ Türen und Schalter in öffentlichen/betrieblichen Räumen nach Möglichkeit mit dem Ellenbogen bedienen
 <p>Schutz des Körpers</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ im öffentlichen/betrieblichen Bereich möglichst selten ins Gesicht fassen, insb. die Schleimhäute im Gesicht (Augen, Nase, Mund) nicht mit ungewaschenen Händen berühren! ➤ gute Beobachtung des eigenen Gesundheitszustandes ➤ gesunde Lebensweise (ausreichend Schlaf, ausgewogene Ernährung, mäßiger Sport)
 <p>Sozialkontakte</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ zur Zeit sollten generell 1,50 Meter Abstand zu Personen außerhalb der Familie bzw. der häuslichen Gemeinschaft gehalten werden ➤ Händeschütteln, Umarmungen und/oder Gesichtskontakte bei öffentlichen/betrieblichen Sozialkontakten (z. B. Begrüßungen) möglichst reduzieren bzw. vollständig vermeiden ➤ ggf. durch andere Formen der Begrüßung ersetzen (z. B. Zunicken, Ellenbogenberührungen o.ä.)







Was	Wie
 <p data-bbox="172 371 368 461">Einschränkung von Sozialkontakten</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ lokal geltende Bestimmungen zu Ausgangs- und Kontakteinschränkungen einhalten, z.B. Besuchsverbote von Einrichtungen des Gesundheitswesens ➤ an Veranstaltungen aller Art und Zusammenreffen mehrerer Personen sollten keine Menschen teilnehmen, die <ul style="list-style-type: none"> - Symptome einer akuten Atemwegserkrankung (z.B. Halsschmerzen, Husten, Fieber) zeigen - unklare Symptome einer akuten Erkrankung (z.B. Kopfschmerzen und Fieber) zeigen - sich in einer behördlich angeordneten oder ärztlich angeratenen Absonderung, Quarantäne oder Isolation befinden - kürzlich aus einem sog. Risikogebiet nach Deutschland zurückgereist sind (Quarantäneregelungen hierzu siehe aktuelle Rechtsverordnungen der Bundesländer)
 <p data-bbox="180 748 360 775">Innenraumlüftung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wichtig: Zufuhr unbelasteter Frischluft. Ziel ist es, durch intensives Lüften einen Verdünnungseffekt zu erreichen und so vorbeugend das Infektionsrisiko durch virenbelastete Aerosole in Räumen zu verringern. ➤ Wohnräume sollten daher regelmäßig gelüftet werden! ➤ Geschäftsräume sofern keine Lüftungsanlage vorhanden: <ul style="list-style-type: none"> - bei Aufnahme der Tätigkeit Arbeitsraum lüften - Besprechungsräume vor der Sitzung - regelmäßige, intensive Fensterlüftung durchführen über mind. 3 -10 Min. <ul style="list-style-type: none"> ▪ in Büroräumen alle 60 Min. ▪ in Besprechungsräumen alle 20 Min. - bevorzugt stoßweise Querlüftung (waagrecht geöffnete, gegenüberliegende Fenster bzw. Türen), Fensterlüftung in Kippstellung ist weniger effektiv ➤ weitere Informationen siehe: Stellungnahme der Kommission Innenraumlufthygiene am Umweltbundesamt https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/2546/dokumente/irk_stellungnahme_lueften_sars-cov-2_0.pdf ➤ Hinweis: Ein Kohlendioxid -Messgerät im Raum kann daran erinnern, wann es Zeit ist, wieder zu lüften. Eine CO₂-Konzentration von 800 ppm (Anteile pro Million) sollte möglichst nicht überschritten werden.
 <p data-bbox="164 1415 376 1442">Lüftungsanlagen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Geschäftsräume bei vorhandener Lüftungsanlage <ul style="list-style-type: none"> - nach derzeitigem Wissen ist die Wahrscheinlichkeit einer Übertragung von SARS-CoV-2 über zentrale Lüftungsanlagen (Raumluftechnische Anlagen, RLTA) gering, daher sollen vorhandene RLTA <u>nicht</u> abgeschaltet werden - Luftwechselrate möglichst erhöhen (Volumenströme entsprechend steigern) - vorzugsweise Anlage in reinem Außenluftbetrieb betreiben, ansonsten möglichst Außenluftanteil steigern und/oder Filterleistung erhöhen - Anlagen vor und nach der Arbeitszeit in Betrieb halten, bei Büros z. B. jeweils 2 Stunden - Optimal für den Infektionsschutz ist ein Dauerbetrieb ➤ Lüftungsanlagen, einschließlich ihrer Umlauf- und Filtertechnik, müssen generell nach den aktuell gültigen Regeln der Technik betrieben und gewartet werden ➤ Luftreinigergeräte mit HEPA-Filter: <ul style="list-style-type: none"> - können die Fensterlüftung nicht ersetzen, da die Wirkung im Gesamtraum nicht beurteilt werden kann - sind somit nur als ergänzende Maßnahme des Infektionsschutzes zu betrachten und sollten sinnvollerweise eingesetzt werden, wenn keine anderen Möglichkeiten zur Reduktion der Virenkonzentration bestehen <ul style="list-style-type: none"> ▪ z.B. in kleinen Räumen ohne raumluftechnische Anlage aber mit hoher Personenbelegung, z.B. Wartebereiche ▪ wobei darauf geachtet werden muss, dass zusätzlich immer ausreichend gelüftet wird, da die Geräte dem Raum keine frische Außenluft zuführen und die CO₂-Konzentration nicht senken!

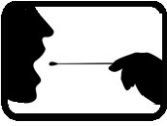


Was	Wie
 <p>Einkaufen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ folgende Hygieneregeln beachten: <ul style="list-style-type: none"> – Hinweise und Vorgaben des Geschäftes befolgen – jeweils aktuelle, lokal geltende Bestimmungen einhalten, z.B. während des Einkaufens Abstandsregeln einhalten und Maske tragen – nur notwendige Gegenstände und Oberflächen berühren – nach dem Einkauf möglichst Händewaschen oder desinfizieren ➤ bei Einkaufsservice für Risikogruppen zusätzlich beachten <ul style="list-style-type: none"> – Lebensmittel nach dem Einkauf vor der Haustür abstellen – klingeln oder per Telefon melden – keinen persönlichen Kontakt zur Risikoperson, warten im Treppenhaus – Geldübergabe im Umschlag o.ä.
 <p>Gaststätten und Kantinen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ lokal geltende Bestimmungen zur Nutzung von öffentlichen Gaststätten und Speiselokalen beachten ➤ der Betrieb von nicht-öffentlichen Kantinen oder Speisesälen in medizinischen oder pflegerischen Einrichtungen oder Einrichtungen der Betreuung ist unter Beachtung geeigneter Hygiene- und Schutzmaßnahmen gestattet, z.B. <ul style="list-style-type: none"> – kein Zutritt siehe Punkt „Einschränkung von Sozialkontakten“ – Händehygiene/-desinfektion vor Betreten des Speisesaals/Kantine – Vermeidung von Warteschlangen vor dem Speisesaal/Kantine – Sitzplätze müssen so angeordnet sein, dass ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen den Gästen eingehalten wird, es sei denn, es sind geeignete Trennwände vorhanden – Mitarbeiter mit unmittelbarem Gästekontakt tragen Maske – Handkontaktpunkte sind mehrmals täglich zu reinigen – Gästelisten führen ➤ bei diagnostiziertem COVID-19 eines Gastes/Mitarbeiters erfolgen die Maßnahmen in Absprache mit dem zuständigen Gesundheitsamt




Was	Wie
 <p data-bbox="161 371 379 461">Corona-Verhaltensregeln für Alle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="411 241 1535 365">➤ es ist weiterhin notwendig, dass sich ALLE für den Infektionsschutz engagieren, z.B. indem Abstands- und Hygieneregeln konsequent – auch im Freien – eingehalten werden, Innenräume gelüftet werden und, wo geboten, eine Maske korrekt getragen wird, d.h. Beachtung der AHAL-Regeln <li data-bbox="411 376 1535 1294">➤ AHAL-Regeln: <ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="459 421 1535 667">1. Abstand <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="459 465 1535 533">- Abstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen im öffentlichen Raum einhalten (auch in kleinen Räumen z.B. Warteschlangen im WC-Vorraum) <li data-bbox="459 539 1535 595">- Oberflächenkontakte, vor allem zu Oberflächen, die täglich von besonders vielen Menschen berührt werden, meiden <li data-bbox="459 602 1535 667">- lokal geltende Bestimmungen zu Ausgangs- und Kontakteinschränkungen sowie Abstandsregeln einhalten <li data-bbox="459 674 1535 1021">2. Hygiene beachten <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="459 719 1535 752">- Hände häufiger als gewohnt waschen <li data-bbox="459 759 1535 792">- im öffentlichen/betrieblichen Bereich möglichst selten ins Gesicht fassen <li data-bbox="459 799 1535 1021">- beim Husten und Niesen beachten: <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="507 844 1535 878">▪ niemanden direkt anniesen oder anhusten <li data-bbox="507 884 1535 918">▪ Husten und Niesen in die Ellenbeuge oder in ein Einmaltaschentuch <li data-bbox="507 925 1535 981">▪ erregerehaltiges Material (Taschentücher) direkt in den bereitgestellten Abwurf entsorgen <li data-bbox="507 987 1535 1021">▪ anschließend die Hände waschen bzw. desinfizieren <li data-bbox="459 1037 1535 1216">3. Alltagsmaske bzw. Maske tragen <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="459 1081 1535 1149">- insb. in Situationen wenn ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zu Anderen nicht sicher eingehalten werden kann (auch zu Pflegepersonal) <li data-bbox="459 1155 1535 1189">- aktuelle lokal geltende Vorgaben beachten <li data-bbox="459 1196 1535 1216">- weitere Informationen siehe unten <li data-bbox="459 1223 1535 1294">4. Lüften <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="459 1261 1535 1294">- häufiges Quer-/Stoßlüften aller benutzten Innenräume siehe oben <p data-bbox="459 1305 1535 1339">Die Einhaltung der AHAL-Regeln ist auch von geimpften Personen erforderlich!</p>







Was	Wie
 <p data-bbox="209 365 333 427">Gesichts- masken</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="410 241 1273 275">➤ Gesichtsmasken im Sinnen dieses Hygieneplans sind beispielsweise <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="453 293 911 327">– Mund-Nasen-Bedeckungen - MNB <li data-bbox="453 338 999 371">– OP-Masken - Mund-Nasen-Schutz – MNS <li data-bbox="453 383 1158 416">– Atemschutzmasken - FFP-Masken (filtering face piece) <li data-bbox="410 427 1509 461">➤ jeweils aktuelle, lokal geltende Bestimmungen zum situationsgerechten Tragen einhalten <li data-bbox="410 461 1538 551">➤ OP-Masken bzw. Atemschutzmasken sollten in Abhängigkeit von der aktuellen Empfehlungslage angewendet werden, z.B. bei behördlicher Anordnung, beim Umgang mit Erkrankten, von Menschen aus Risikogruppen <li data-bbox="410 573 1153 607">➤ Folgendes ist beim Tragen aller Maskenarten zu beachten: <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="453 618 919 651">– Abstandsregeln weiterhin einhalten <li data-bbox="453 663 1522 730">– Händewaschen weiterhin konsequent umsetzen, z.B. zusätzlich vor dem Anlegen und nach dem Ablegen der Masken <li data-bbox="453 741 1449 775">– beim Anlegen einer Maske darauf achten, dass die Innenseite nicht berührt wird <li data-bbox="453 786 1449 853">– die Maske muss richtig über <u>Mund, Nase und Wangen</u> platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen <li data-bbox="453 864 1374 898">– <u>nicht, auch nicht kurzzeitig</u>, unter das Kinn oder auf den Kopf verschieben <li data-bbox="453 909 1310 943">– durchfeuchtete Masken umgehend abnehmen und ggf. austauschen <li data-bbox="453 954 1501 1021">– die Außenseite der gebrauchten Maske ist verunreinigt, daher beim Tragen nicht mit den Händen berühren <li data-bbox="410 1032 1474 1099">➤ Masken bieten <u>bei falscher Auswahl und Anwendung</u> nur wenig Schutz und vermitteln dann ein falsches Sicherheitsgefühl
 <p data-bbox="172 1247 368 1281">Alltagsmasken</p> <p data-bbox="172 1326 368 1438">(sog. Community Masken bzw. Mund-Nasen-Bedeckung)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="410 1124 1517 1214">➤ bei MNB, die aus handelsüblichen Stoffen genäht werden, handelt sich üblicherweise um alltagstaugliche, zur weiteren Minimierung von allgemeinen Übertragungsrisiken genutzte Schutzbedeckungen <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="453 1236 1497 1326">– MNB gewähren einen gewissen Fremdschutz, d.h. Schutz Dritter vor Tröpfchen aus den Atemwegen des Trägers, insb. beim Husten und Niesen, da sie die Geschwindigkeit des Atemstroms bzw. Tröpfchenauswurfs reduzieren <li data-bbox="453 1348 1461 1415">– MNB können dazu beitragen, das Bewusstsein für „social distancing“ sowie gesundheitsbezogen achtsamen Umgang untereinander sichtbar zu unterstützen <li data-bbox="453 1426 1449 1460">MNB schützen den Träger <u>nicht</u> sicher vor einer Infektion mit SARS-CoV-2 <li data-bbox="453 1471 1442 1538">– nach dem Abnehmen die MNB separat aufbewahren (z.B. in einem Beutel) und schnellstmöglich waschen <li data-bbox="453 1550 1509 1639">– wiederverwendbare MNB richtig aufbereiten: Etikett bzw. beigelegte Anleitung beachten und MNB nach <u>einmaliger Nutzung</u> mindestens bei 60 Grad in der Waschmaschine mit Vollwaschmittel waschen und anschließend vollständig trocknen



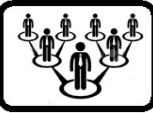


Was	Wie
 <p>Medizinische Masken</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ MNS - OP-Masken: <ul style="list-style-type: none"> - vermindern die Tröpfchenfreisetzung aus dem Nasen-Rachen-Raum des Trägers (Fremdschutz) - hilft gegen Schmierinfektionen durch kontaminierte Hände (Eigenschutz) - dichten nicht ausreichend ab, schützen daher nicht vor einer luftgetragenen Infektion, die von anderen Personen ausgeht – es besteht aber teilweise ein Schutz gegen größere Tröpfchen (Spritzschutz) - sind Medizinprodukte und müssen der Norm DIN EN 14683:2019-10 genügen und tragen die CE-Kennzeichnung ➤ FFP Masken: <ul style="list-style-type: none"> - FFP-Masken schützen davor, dass man zum Beispiel kleine Tröpfchen aus der Atemluft einer anderen Person einatmet (Eigenschutz) - gleichzeitig wird die Tröpfchenfreisetzung aus dem Nasen-Rachen-Raum des Trägers vermindert (Fremdschutz) - je nach Rückhaltevermögen des Partikelfilters Einteilung in FFP1, FFP2 oder FFP3 - je höher die Zahl, desto größer ist die Schutzwirkung - die Schutzwirkung setzt sich zusammen aus dem Filterdurchlass und der Undichtigkeit zwischen der Maske und dem Gesicht des Trägers Durchlässigkeit: FFP1 max. 22 Prozent, FFP2 max. 8 Prozent, FFP3 max. 2 Prozent - ACHTUNG: Bei FFP-Masken mit Ventil ist nur der Eigenschutz, kein Fremdschutz gegeben - mit Ventil, wird nur die eingeatmete Luft gefiltert, d.h. sollte die masketragende Person Viren ausatmen, gelangen diese durch das Ventil in die Luft! - die Anforderungen der Europäischen Norm EN 149 "Atemschutzgeräte - Filtrierende Halbmasken zum Schutz gegen Partikeln - Anforderungen, Prüfung, Kennzeichnung" müssen erfüllt werden - deutsche Fassung: EN 149:2001+A1:2009
Spezielle Informationen zum Schutz vor SARS-CoV-2	
 <p>Flächen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ in öffentlichen/betrieblichen Räumen die <u>Flächen</u> nach Möglichkeit häufiger mit dem üblichem Reinigungsmittel reinigen ➤ <u>Handkontaktpunkte</u> (Schalter, Bedienflächen, Türklinken usw.) nach Möglichkeit mehrmals täglich gründlich reinigen (übliches Reinigungsmittel, alternativ ein handelsübliches Flächendesinfektionsmittel verwenden) ➤ Fußböden stellen nach dem derzeitigen Erkenntnisstand in öffentlichen/betrieblichen Gebäuden keinen relevanten Übertragungsweg dar, die standardmäßige Reinigung ist ausreichend ➤ nach Kontakt zu Schuhen bzw. Fußböden sollten die Hände gewaschen werden
 <p>Geschirr</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ in öffentlichen/betrieblichen Einrichtungen Geschirr möglichst im Geschirrspüler aufbereiten ➤ dazu Programme >60°C wählen (keine Spar- oder Ökoprogramme)
 <p>Abfall</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ benutzte Taschentücher direkt in einen Abfallbehälter mit Deckel entsorgen ➤ mind. 1x täglich Abfallsack verknoten und dann in den Hausmüll geben
 <p>Lebensmittel</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ nach dem derzeitigen Erkenntnisstand stellen Lebensmittel (Nahrungsmittel, Getränke) <u>keinen</u> relevanten Übertragungsweg für SARS-CoV-2 dar





Was	Wie
 <p data-bbox="196 353 347 387">Trinkwasser</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ nach dem derzeitigen Erkenntnisstand stellt Trinkwasser (Leitungswasser) <u>keinen</u> relevanten Übertragungsweg für SARS-CoV-2 dar
 <p data-bbox="196 510 347 544">Aufzug</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aufzug möglichst meiden, da es sich um einen kleinen, schlecht belüfteten Raum handelt ➤ ist dies nicht möglich: <ul style="list-style-type: none"> - am besten den Aufzug alleine benutzen, - trotzdem eine Mund-Nasen-Bedeckung tragen, - während der Fahrt möglichst reden, husten und niesen vermeiden ➤ ggf. Aufzugtüren umprogrammieren, dass sie während der Fahrtpausen offen bleiben
 <p data-bbox="196 790 347 846">Freizeitaktivitäten</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gruppenaktivitäten in der Freizeit (z.B. Mannschaftssportarten, Kulturveranstaltungen und andere Gemeinschaftsevents) führen zu engeren und/oder längerer Kontakten zu potentiell Erkrankten und müssen daher dem jeweiligen Infektionsgeschehen angepasst werden ➤ jeweils aktuelle, lokal geltende Bestimmungen einhalten
 <p data-bbox="172 981 371 1014">Schwimmbäder</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ nach dem derzeitigen Erkenntnisstand stellt gechlortes Badewasser in technischen Bädern (Schwimmbädern) <u>keinen</u> relevanten Übertragungsweg für SARS-CoV-2 dar
 <p data-bbox="228 1160 316 1193">Reisen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ vor <u>Reisen ins Ausland</u> sollten aktuelle Informationen hinsichtlich einer evtl. Reisewarnung im Zielgebiet beim Auswärtigen Amtes eingeholt werden https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/covid-19/2296762 https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/faq-reisen-1735032 ➤ bei einer <u>Einreise aus einem Risikogebiet</u> (Ausland oder Orte in der Bundesrepublik mit erhöhtem Infektionsgeschehen) sind die aktuellen Vorgaben des Bundesgesundheitsministeriums hinsichtlich evtl. erforderlicher Corona-Tests oder Quarantäne-Maßnahmen einzuhalten https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-infos-reisende.html
 <p data-bbox="180 1518 363 1585">Corona-Warn-App</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ in Deutschland ist eine Corona-Warn-App verfügbar, die Personen, die Kontakt zu COVID-19-Infizierten hatten, frühzeitiger über das Risiko einer Ansteckung informiert ➤ nähere Informationen siehe https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/apps-und-software/coronawarnung-per-app-fragen-und-antworten-zur-deutschen-tracingapp-47466 https://www.bundesregierung.de/breg-de/leichte-sprache/corona-warn-app https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/WarnApp/Warn_App.html

Was	Wie
 <p data-bbox="188 383 355 439">Corona PCR-Test</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="411 241 1536 365">➤ der direkte Erregernachweis des neuen Coronavirus SARS-CoV-2 erfolgt durch einen PCR-Test (Polymerase-Kettenreaktion): Ein Gerät vervielfältigt genetisches Material der Probe in mehreren Zyklen. Durch spezielle Folgeschritte sieht man, ob die gesuchten Gen-Sequenzen des Virus vorliegen oder nicht <li data-bbox="411 383 1536 472">➤ Probenahme aus den oberen und/oder tiefen Atemwegen, zum Beispiel als Abstrich aus dem Nasen-, Mund-, Rachenbereich oder von ausgehustetem Sekret - das Probenmaterial wird in der Regel anschließend im Labor untersucht <li data-bbox="411 490 1536 797">➤ der PCR-Test <ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="451 539 1536 595">- wird vom Hausarzt oder Gesundheitsamt bei Verdachtsfällen angeordnet (Kontaktpersonen oder symptomatische Personen) <li data-bbox="451 613 1536 672">- kann in bestimmten Situationen vorgeschrieben sein (z.B. bei Reiserückkehrern aus einem Risikogebiet) oder <li data-bbox="451 689 1536 723">- kann auf eigenen Wunsch (ggf. kostenpflichtig) durchgeführt werden <li data-bbox="451 741 1536 797">- er wird z.B. in bestimmten Hausarztpraxen, Kliniken und speziell eingerichtete Testzentren angeboten <li data-bbox="411 815 1536 871">➤ von der Probenentnahme bis zu den vorliegenden Ergebnissen vergehen durchschnittlich 24 bis 48 Stunden
 <p data-bbox="188 1032 355 1088">Corona Antigentest</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="411 891 1536 981">➤ für Antigentests wird ein Abstrich aus dem tiefen Rachen entnommen Antigentests testen auf Eiweißfragmente (Proteine) des Virus - sie weisen ein Oberflächenprotein nach, mit dem das Virus in die Zellen eindringt <li data-bbox="411 999 1536 1055">➤ herstellerabhängig kann der Test vor Ort durchgeführt und bewertet werden – das Ergebnis liegt dann meist in 15-30 Min. vor <li data-bbox="411 1072 1536 1128">➤ bisher gelten nur wenige Antigen-Schnelltests als genauso zuverlässig wie eine PCR - aber: je infektiöser man ist, desto genauer werden sie <li data-bbox="411 1146 1536 1236">➤ Antigen-Schnelltests können helfen, Infizierte früher zu finden, da die höchste Viruslast besteht bevor man Symptome entwickelt - gerade dann kann man andere Menschen leicht anstecken – auch, wenn man sich gesund fühlt
 <p data-bbox="188 1402 355 1458">Corona Antikörpertest</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="411 1261 1536 1417">➤ Antikörper sind für die Früherkennung einer Infektion nicht geeignet, da sie nicht nach den Erregern, sondern nach der Reaktion des Immunsystems, also nach Antikörpern, suchen – die bildet das Immunsystem aber erst nach einer Woche oder sogar später, Antikörper-Schnelltests können eine Infektion also nur in einem fortgeschrittenen Stadium anzeigen – dann, wenn man meist kaum mehr infektiös ist <li data-bbox="411 1435 1536 1491">➤ zudem ist noch nicht schlüssig erwiesen, dass das Vorliegen von Antikörpern mit Immunität einhergeht

Was	Wie
 <p>Impfungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ es stehen zunehmend unterschiedliche COVID-19-Impfstoffe zur Verfügung <ul style="list-style-type: none"> - da zunächst aber nur ein begrenztes Kontingent an Impfstoffdosen verfügbar ist, wird von der Ständigen Impfkommission (STIKO) ein stufenweiser Einsatz der Impfungen empfohlen, siehe https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/ImpfungenAZ/COVID-19/Impfempfehlung-Zusfassung.html und https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/COVID-Impfen/gesamt.html ➤ Coronavirus-Impfverordnung der Bundesregierung: <ul style="list-style-type: none"> - hier wird der Anspruch auf Impfung, die Vergütung und die Rahmenbedingungen der Umsetzung geregelt https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/C/Coronavirus/Verordnungen/CoronaImpfV_-_De_Buette.pdf ➤ praktische Umsetzung der Impfung <ul style="list-style-type: none"> - die Impfungen werden zunächst von zentral organisierten Impfstellen (Impfzentren und angegliederte mobile Impfteams) durchgeführt - für die Umsetzung sind die Bundesländer bzw. die von ihnen beauftragten Stellen verantwortlich - siehe auch Informationen der Bundesländer https://www.gesundheitsinformation.de/wie-ist-die-corona-impfung-in-meinem-bundesland.3636.de.html - Kurz & Knapp die wichtigsten Informationen zum Impfen siehe https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Faktenblaetter_Tab.html ➤ Informationen zu den Impfstoffen <ul style="list-style-type: none"> - siehe Internetseite des Paul-Ehrlich-Instituts (Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel) https://www.pei.de/DE/newsroom/dossier/coronavirus/coronavirus-inhalt.html
Informationen für spezielle Personengruppen	
 <p>Risikogruppen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ältere und/oder chronisch kranke Menschen scheinen ein deutlich erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf zu haben und sollten sich daher besonders konsequent schützen bzw. geschützt werden ➤ besonders gefährdete Menschen (z.B. ältere und/oder chronisch Kranke) sollten belebte Orte, Menschenansammlungen und Veranstaltungen meiden ➤ Risikogruppen: <ul style="list-style-type: none"> - ältere Personen, z.B. Bewohner von Pflegeheimen, ambulant Pflegebedürftige - Personen mit Vorerkrankungen, z.B. Herz-Kreislauf-, Lungen-, Krebserkrankungen, Diabetes - Personen mit geschwächtem Immunsystem, z.B. durch Einnahme immunsupprimierender Medikamente ➤ Hinweise und Empfehlungen zu Risikogruppen tagesaktuell prüfen unter: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html
 <p>Schwangerschaft und Stillzeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schwangere sollten sich genau wie alle anderen Personen schützen ➤ sie zeigen bei COVID-19 vergleichsweise seltener Symptome wie z.B. Fieber und Muskelschmerzen, es besteht jedoch eine leicht erhöhte Wahrscheinlichkeit für die Aufnahme auf eine Intensivstation und für eine invasive Beatmung ➤ zur Zeit gibt es keine gesicherten Hinweise auf eine Übertragung des Corona-Virus <ul style="list-style-type: none"> - auf das Ungeborene während der Schwangerschaft - über die Muttermilch (kein Nachweis des Virus in der Muttermilch) ➤ im Erkrankungsfall der Mutter individuelle Regelungen durch die behandelnden Ärzte

Was	Wie
 <p>Kinder</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kinder scheinen ein geringeres Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf zu haben, sollten sich aber generell wie alle anderen Personen schützen bzw. geschützt werden. ➤ auch Kinder mit sehr frühen oder nur schwachen Symptomen können das Corona-Virus auf andere Personen übertragen
Verhalten bei Krankheitsanzeichen für einen unspezifischen (allgemeinen) Atemwegsinfekt	
 <p>Achtung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ die folgenden Empfehlungen gelten im Allgemeinen bei Zeichen eines Atemwegsinfektes (der durch unterschiedliche Erreger verursacht werden kann)
 <p>Erkrankter</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ nicht zur Arbeit, in die Schule oder den Kindergarten gehen – möglichst zu Hause bleiben ➤ Arbeitgeber bzw. Einrichtungsleitung telefonisch informieren ➤ beim Husten und Niesen Abstand von anderen Personen einhalten (> 1,5 Meter) und den Kopf immer von diesen wegdrehen (siehe „Corona-Verhaltensregeln für Alle“) ➤ Anzahl der Kontaktpersonen auf das Nötigste einschränken, keinen Kontakt zu Risikogruppen
 <p>Arztbesuch</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ jeweils aktuelle, lokal geltende Bestimmungen bzw. Angebote einhalten und beachten (z.B. Fieberpraxen) ➤ vor einem notwendigen Arztbesuch in der Praxis anrufen, Krankheitsverdacht mitteilen und weiteres Vorgehen/einen Termin absprechen – pünktlich, aber nicht zu früh zum Termin erscheinen ➤ in der Arztpraxis: <ul style="list-style-type: none"> – nicht direkt ins Wartezimmer gehen, sondern zunächst beim Praxispersonal anmelden – den Anweisungen des Praxispersonals folgen (ggf. Mundschutz anlegen) – so wenig Oberflächen wie möglich berühren
Verhalten bei begründeten Verdacht auf eine Coronavirus Infektion	
 <p>SARS-CoV-2 Verhalten</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ bei <u>begründeten Verdacht auf eine SARS-CoV-2-Infektion</u> (z. B. nach Kontakt zu einem gesichert Erkrankten) <ul style="list-style-type: none"> – <u>Hotline 116117</u> und ggf. das zuständige Gesundheitsamt konsultieren – bei einem Hausbesuch wird ggf. ein Abstrich durchgeführt und auf den Erreger getestet – möglichst keine Arztpraxen oder Kliniken aufsuchen – keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzen ➤ bei schweren Krankheitszeichen (z.B. hohes Fieber und Atemnot) <ul style="list-style-type: none"> – <u>Notruf 112</u> wählen und über Corona-Verdacht informieren ➤ bei Entwicklung von Krankheitszeichen und einem vermuteten Zusammenhang mit dem SARS-CoV-2 gibt es weitere Informationen auf: https://www.rki.de/covid-19
Spezielle Informationen zum Schutz vor SARS-CoV-2 in Betrieben und im Berufsleben	
 <p>Berufsleben</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ in allen Berufsgruppen sollten die standardmäßigen, allgemein gültigen Arbeitsschutzvorschriften konsequent umgesetzt werden ➤ das Personal sollte abhängig von der Infektionslage ggf. erneut in Hinblick auf bestehende Vorschriften zum Schutz vor biologischen Arbeitsstoffen unterwiesen werden ➤ im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung durch den Arbeitgeber sollten zusätzliche berufsgruppenspezifische Regelungen bzw. Maßnahmen geprüft werden (z. B. für Berufsgruppen mit intensivem Personenkontakten), vergl. auch www.baua.de/DE/Themen/Arbeitsgestaltung-im-Betrieb/Biostoffe/FAQ/FAQ_node.html ➤ im Rahmen der Fürsorge und Schutzpflicht allen Kollegen gegenüber sollten sich die Mitarbeiter über die betriebseigenen Corona-Vorschriften informieren und die jeweils aktuellen Regelungen hierzu beachten

Was	Wie
 <p>Betriebe</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aushang von Informationsmaterial (z.B. zum Verhalten, zur Händehygiene) <ul style="list-style-type: none"> – siehe www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html ➤ engmaschige Nachfüllung von Spendern für Seife und Einmalhandtücher ➤ Intensivierung der Flächen- und Raumreinigung siehe oben ➤ ggf. Zutrittsbeschränkungen für Externe und Regelungen zur Annahme von Lieferungen ➤ Arbeitsplätze ggf. umrüsten, z.B. Trennscheiben installieren (Spuckschutz), Schreibtische umstellen um den Abstand zu gewährleisten ➤ Lüftungskonzepte entwickeln (siehe oben)
 <p>Betreiber kritischer Infrastrukturen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Personaleinsatz so planen, dass bei einem möglichen Infektionsausfall eines Mitarbeiters nur ein Teil des (Schlüssel-) Personals aufgrund der Quarantäne ausfällt und die Aufrechterhaltung des Betriebes sichergestellt ist, z.B. im Vorwege <ul style="list-style-type: none"> – kleine Unter-Teams bilden, – Etablierung eines Rotationsmodells der Arbeitszeit, sofern betrieblich möglich – versetzte Pausenzeiten – Begrenzung der Personenzahl in kleinen Räumen ➤ ggf. Bescheinigungen für die Mitarbeiter erstellen, die deren Betriebszugehörigkeit und ihr Einsatz in zwingend notwendigen Bereichen belegt ➤ weitere Informationen auf: https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/BBK/DE/Sonstiges/Handlungsempfehlungen_Betreiber_KRITIS.pdf?__blob=publicationFile
 <p>Kontakt-einschränkung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ jeweils aktuelle, lokal geltende Bestimmungen zur Kontakteinschränkung einhalten ➤ Betriebe sollten prüfen, ob ihren Mitarbeitern zeitweilig oder durchgehend <u>Heimarbeit (Homeoffice)</u> ermöglicht werden kann ➤ Betriebe sollten prüfen, ob <u>Dienstreisen</u> zugunsten von Telefon- oder Videokonferenzen reduziert werden können ➤ Betriebe sollten prüfen, ob <u>Zusammenkünfte</u> von Personen (Besprechungen, Seminare, Kundentreffen, Ausstellungen u.ä.) zugunsten von Telefon- oder Videokonferenzen bzw. internetbasierten Angeboten (E-Learnings, E-Messen u.ä.) reduziert werden können ➤ Ausschlusskriterien siehe „Einschränkung von Sozialkontakten“
 <p>Krank-schreibungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Betriebe sollten abhängig von der Infektionslage prüfen, ob zur Entlastung von Arztpraxen, sowie zur Reduzierung von Drittkontakten der eigenen Mitarbeiter, die Fristen für die Vorlage von Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen zeitweilig verlängert oder aufgehoben werden können
Spezielle Informationen zum Auftreten von SARS-CoV-2 in Betrieben und im Berufsleben	
 <p>Erkranktes Personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Betriebe sollten, in Abstimmung mit ihrer Arbeitssicherheit und dem Gesundheitsamt, frühzeitig Maßnahmen festlegen für den Fall, dass Mitarbeiter während der Präsenzzeit im Betrieb erkranken (bspw. Fieberentwicklung) bzw. nach einer Präsenz im Betrieb eine Atemwegserkrankung bekannt wird: <ul style="list-style-type: none"> – zunächst Mitarbeiter von Tätigkeit entbinden (weiteres Vorgehen s. „Verhalten bei begründeten Verdacht auf eine Coronavirus Infektion“) – sicherstellen, dass das Betriebsgelände umgehend und geschützt verlassen werden kann – Mitarbeiter soll für Heimfahrten keine öffentlichen Verkehrsmittel nutzen – sofortige prophylaktische Sperrung von Arbeitsplätzen bzw. Büros – Klärung, ob ein begründeter Verdacht auf eine SARS-CoV-2-Infektion vorliegt – Erfassung und ggf. Meldung von Kontaktpersonen – in der Folge möglichst Testresultat auf das Corona-Virus einholen (Betriebsarzt)

Was	Wie
 <p>Reinigung und Desinfektion</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Umfang der Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen ist abhängig von: <ul style="list-style-type: none"> – Lüftungsdauer der Räumlichkeit (je länger die Lüftungsdauer desto weniger Maßnahmen sind erforderlich) – Qualifikation des Reinigungspersonals (z.B. Erfahrung im Umgang mit Schutzkleidung) – Dauer der Sperrung der Räumlichkeit (nach 7 Tagen sind keine besonderen Maßnahmen mehr nötig) – zur Verfügung stehende Schutzkleidung für Reinigungspersonal (die persönliche Schutzausrüstung (PSA) muss dem Infektionsrisiko angemessen sein) ➤ daraus resultieren die folgenden Empfehlungen
 <p>Reinigung vom Arbeitsplatz nach längerer Sperrung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ nach längerer Sperrung des Raumes nur Routinemaßnahmen erforderlich: <ul style="list-style-type: none"> – Raum war 7 Tage leer bzw. ungenutzt – zunächst Zimmer lüften – nur regelhaft genutzte Schutzkleidung und – nur regelhafte Unterhaltsreinigung ohne Desinfektion
 <p>Reinigung und Desinfektion vom Arbeitsplatz nach kürzerer Sperrung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ sollte kein qualifiziertes, eingewiesenes Reinigungspersonal verfügbar sein, ist ein Spezialgebäudereiniger zu beauftragen ➤ sollte qualifiziertes, eingewiesenes Reinigungspersonal verfügbar sein, Dekontamination der betroffenen Bereiche unter Schutz des Reinigungspersonals durchführen: <ul style="list-style-type: none"> – Option 1 (akuter Raumbedarf): <ul style="list-style-type: none"> ▪ Räumlichkeiten, die in den letzten 60 min. von Erkrankten bzw. Verdachtsfällen genutzt wurden* ▪ Reinigungspersonal: FFP2-Maske, langärmeliger Einmalschutzkittel, Einmalhandschuhe, Schutzbrille – Option 2 (Raumbedarf am gleichen Tag): <ul style="list-style-type: none"> ▪ Räumlichkeiten, die vor ≥ 60 min. von Erkrankten bzw. Verdachtsfällen zuletzt genutzt wurden* ▪ dicht anliegenden, mehrlagigen Mund-Nasen-Schutz, Schutzkittel bzw. Schutzanzug und Handschuhe anlegen – Option 3 (Raumbedarf am nächsten Tag): <ul style="list-style-type: none"> ▪ Räumlichkeiten, die $\geq 12-24$ Stunden von Erkrankten bzw. Verdachtsfällen zuletzt genutzt wurden* ▪ Schutzkittel bzw. Schutzanzug und Handschuhe anlegen ➤ *in der jeweiligen Zwischenzeit über mind. 30 Min. intensiv und lange quer lüften ➤ dann Persönliche Schutzausrüstung (PSA) in eingewiesener Reihenfolge ablegen und sicher entsorgen ➤ danach hygienische Händedesinfektion
 <p>Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Umfang der Dekontamination: <ul style="list-style-type: none"> – Desinfektion aller Handkontaktpunkte (Türklinken, Schalter, Bedienelemente usw.), Möbel- und Geräteoberflächen und der Sanitärbereiche mit einem handelsüblichen Flächendesinfektionsmittel (mind. „begrenzt viruzides“ Wirkspektrum) – normale Unterhaltsreinigung oder Flächendesinfektion der Bodenflächen – Desinfektion von textilen Bodenbelägen ist üblicherweise nicht erforderlich – Reinigungsutensilien nicht für weitere Bereiche verwenden