



Pegasus

*Gesundheit erreichbar machen*

# PegaVision

A U S G A B E S G

Aktuelles zum Arbeitsschutz, Umweltmedizin, Reisemedizin und zur Vorsorge

---

## Schweinegrippe/ Neue Grippe

Merkblatt Präventions- und Hygienemaßnahmen

---

Bei der Influenza handelt es sich um eine sehr ansteckende Infektionskrankheit, die durch Viren verursacht wird.

Die Influenza wird hauptsächlich durch **Tröpfchen**, seltener durch Aerosole, übertragen. Durch Husten und Niesen werden im Umkreis von ca. 2 Metern nicht nur Tröpfchen in die Luft verteilt (Aerosole), sondern auch alle Gegenstände mit einem zarten „Virusfilm“ überzogen!

Die **Hände** als wichtigstes Werkzeug des Menschen berühren eine Vielzahl von Oberflächen, die alle kontaminiert sein können. Durch – häufig unbewußtes – berühren des Mundes, Nase und Auge werden die Viren auf unsere Schleimhäute gebracht, und können uns so infizieren.

- Das **Händewaschen** ist das Wichtigste, das Sie zu ihrem eigenen Schutz tun können
- Husten und Niesen Sie nicht frei in die Umgebung, sondern decken Sie dabei Ihre Nase und Mund ab, am Besten Niesen Sie in die Ellenbeuge, oder in eine Papiertaschentuch, welches gleich in den Abfall entsorgt wird. Waschen Sie anschließend sofort die Hände!
- Berühren Sie möglichst nicht Mund, Nase und Augen mit Ihren Fingern
- Vermeiden Sie Personen, die ein erhöhtes Krankheitsrisiko haben (z.B. Urlauber aus Spanien und England, Australien und Argentinien)
- Werden Sie unhöflich, vermeiden Sie direkten Händekontakt mit anderen Menschen
- Meiden Sie Ansammlungen von großen Menschenmengen
- Lüften Sie regelmäßig und sehr intensiv Räume

Stand 27. Juli 2009