



Neben ausreichendem Sicherheitsabstand und vermeidbarem körperlichen Kontakt gibt es noch weitere Wege, wie Sie sich und Ihre Mitmenschen schützen können. Wussten Sie, dass die Sekrettröpfchen beim Husten und Niesen mit bis zu 180 km/h ausgestoßen werden? Ohne davor gehaltene Armbeuge oder einen anderen Mund- und Nasenschutz reichen die 2 Meter Mindestabstand hier bei weitem nicht aus, um sicher genug zu sein.

In unserem Leitfaden befassen wir uns mit dem sachgemäßen Umgang mit Handschuhen und Mundschutz sowie deren fachgerechter Entsorgung.



### Handschuhe

Waschen Sie sich vor Nutzung der Handschuhe die Hände, damit eventuelle Verunreinigungen nicht auf die Außenseite der Handschuhe geraten. So schützen Sie nicht nur sich selbst sondern auch Ihre Mitmenschen.

Auch beim Ablegen der Handschuhe sollten Sie darauf achten, besonders den Hand- und Fingerbereich nicht mit bloßer Hand zu berühren. Greifen Sie die Handschuhe am besten am Handgelenk und ziehen Sie sie dann von der Hand ab, sodass die Außenseite innen liegt. Waschen Sie sich nach Gebrauch ebenfalls gründlich die Hände.

Benutzen Sie die Handschuhe keinesfalls mehrmals. Dies hätte zur Folge, dass etwaige Keime und Verunreinigungen weitergetragen werden und somit der Schutz gänzlich aufgehoben wäre.



### Schutzmasken

Einfache chirurgische Schutzmasken helfen bereits infizierten Personen mehr als gesunden. Durch eine korrekt über Kinn, Mund und Nase aufgezogene Maske wird der Ausstoß von Sekrettröpfchen stark gebremst.

Bedenken Sie, dass das Tragen einer Maske für Sie ungewohnt und unter bestimmten Umständen unangenehm sein kann. Versuchen Sie dennoch die Maske nicht zu berühren. Falls doch, waschen oder desinfizieren Sie die Hände, da die Maske auch bei den starken Filtern FFP2 und FFP3 auf der Außenseite Erreger auffangen könnte.

Achten Sie darauf, die Maske regelmäßig zu wechseln. Wenn die Maske durchfeuchtet ist, spätestens aber nach sechs bis acht Stunden, sollten Sie die Maske austauschen. Lösen Sie die Maske hinten an den Bändern und stülpen Sie sie ab. Berühren Sie die Maske keinesfalls am Schutzvlies und waschen Sie sich anschließend auf jeden Fall gut die Hände.



### Entsorgung

Gehen Sie mit den gebrauchten Handschuhen und Masken verantwortungsvoll um und entsorgen Sie diese ordnungsgemäß in einem möglichst verschließbaren Abfallbehälter.

Die Schutzutensilien sollten weder auf den Boden geworfen noch in Einkaufswagen oder – körben liegen gelassen werden.