

# Neues Coronavirus: nähere Beschreibung der 10 Handlungsanweisungen

## 1 Waschen Sie sich häufig die Hände

Es ist sehr wichtig, sich die Hände gründlich zu waschen und zu desinfizieren, um einer Infektion vorzubeugen. Die Hände sind während mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife zu waschen.

Stehen weder Wasser noch Seife zur Verfügung, kann ein Handdesinfektionsmittel mit einem Alkoholgehalt von 60% verwendet werden.

Durch das Händewaschen wird das Virus beseitigt.

## 2 Meiden Sie nahen Kontakt zu Personen, die unter Husten und Fieber leiden

Halten Sie mindestens einen Meter Abstand von Personen, die husten, niesen oder Fieber haben.

Das Virus ist in Speicheltröpfchen enthalten und kann über kurze Distanzen übertragen werden.

## 3 Gehen Sie sich mit den Händen nicht an den Mund, an die Augen und an die Nase

Das Virus wird hauptsächlich über die Atemwege übertragen, kann aber auch über den Kontakt zu Mund, Nase und Augen in den Körper gelangen. Vermeiden Sie es deshalb, diese mit ungewaschenen Händen zu berühren.

Das Virus kann durch den Kontakt mit kontaminierten Oberflächen auf die Hände und über diese in den Körper gelangen.

## 4 Bedecken Sie Mund und Nase beim Niesen oder Husten

Bei Husten, Fieber oder Atemschwierigkeiten:

- vermeiden Sie nahen Kontakt zu anderen Personen
- husten Sie stets in die Armbeuge oder in ein Einwegtaschentuch
- tragen Sie eine Gesichtsmaske und waschen Sie sich die Hände gründlich mit Wasser und Seife

Halten Sie hingegen nur die Hände vor den Mund, könnten Sie Gegenstände oder Personen kontaminieren, mit denen Sie in Kontakt treten.

## 5 Nehmen Sie keine Antibiotika ohne ärztliche Verschreibung ein

Beim neuen Coronavirus handelt es sich um ein Virus. Folglich sind Antibiotika weder zu Präventions- noch zu Behandlungszwecken geeignet. Antibiotika könnten nur bei bakteriellen Infektionen nützlich sein, die als Folge des Virus auftreten.

Antibiotika sind nur gegen Bakterien, nicht aber gegen Viren wirksam.

Nach heutigem Stand gibt es keinen wissenschaftlichen Beleg dafür, dass die Einnahme von antiviralen Medikamenten im Hinblick auf eine Infektion mit dem neuen Coronavirus vorbeugende Wirkung hat.

## **6 Tragen Sie eine Maske nur dann, wenn der Verdacht auf eine Erkrankung besteht oder Sie erkrankte Personen pflegen**

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt das Tragen einer Gesichtsmaske nur dann, wenn:

- der Verdacht besteht, dass Sie sich mit dem neuen Coronavirus angesteckt haben
- Symptome wie Husten oder Niesen auftreten
- Sie eine Person pflegen, bei der Verdacht auf Infektion mit dem neuen Coronavirus besteht

Die Gesichtsmaske hilft dabei, die Verbreitung des Virus einzudämmen, ist jedoch zusätzlich zu weiteren Hygienemassnahmen zu verwenden, wie gründliches Händewaschen für mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife.

Das Tragen mehrerer Gesichtsmasken übereinander erhöht deren Wirksamkeit nicht.

## **7 Vermeiden Sie bei Grippe-symptomen Kontakt zu anderen Personen und bleiben Sie zu Hause**

Das Pflegen sozialer Kontakte bei Grippe-symptomen erhöht das Risiko, dass sich das Virus ausbreitet.

Bei Grippe-symptomen zu Hause zu bleiben und zu ruhen ist die beste Lösung, um gesund zu werden und dabei gleichzeitig die Ansteckung anderer Personen zu vermeiden.

## **8 Gehen Sie im Verdachtsfall nicht in die Notaufnahme**

Die Inkubationszeit des neuen Coronavirus beträgt zwischen 1 und 14 Tagen. Gehen Sie bei Fieber, Husten und Atembeschwerden NICHT in die Notaufnahme, sondern:

- melden Sie sich bei Verdacht einer Ansteckung bei Ihrem Hausarzt
- melden Sie sich im Verdachtsfall bei der Hotline unter der Nummer 058 463 00 00, die zwischen 8:00 und 18:00 Uhr aktiv ist

## **9 Pakete aus China und «Made in China»-Produkte sind nicht gefährlich**

Laut Weltgesundheitsorganisation ist das Virus nicht in der Lage, längere Zeit auf Oberflächen zu überleben. Deshalb besteht für Personen, die Pakete aus China erhalten, keine Gefahr, sich mit dem neuen Coronavirus anzustecken.

Nach heutigem Stand gibt es keinen Hinweis dafür, dass das neue Coronavirus durch in China oder anderswo hergestellte Gegenstände übertragen werden kann.

## **10 Haustiere verbreiten das neue Coronavirus nicht**

Nach heutigem Stand gibt es keinen Hinweis dafür, dass Haustiere wie Hunde oder Katzen sich mit dem Virus anstecken können.

Dennoch empfiehlt es sich stets, sich nach dem Kontakt mit Haustieren die Hände gründlich mit Wasser und Seife zu waschen.