

Hygienekonzept des Sportclub Rot-Weiß 1952 Mannheim-Rheinau e. V.



Anlagen

- Aushang Hygienemaßnahmen
- Aushang Hygiene Tipps
- Aushang Richtig Hände waschen

Neuartiges Coronavirus **HINWEISE**
Hygienemaßnahmen für nicht-medizinische Einsatzkräfte

Grundsätzlich gilt:

- Nach Möglichkeit mindestens **1–2 Meter Abstand** zu hustenden und/oder niesenden Fremdpersonen
- Händehygiene** einhalten (gründliches Waschen der Hände mit Wasser und Seife)
- Hustenetikette** einhalten (z. B. Husten, Niesen in die Ellenbeuge)

Schlüsselfragen bei Erstkontakt:

- Hat die Person **grippeähnliche Symptome** (z. B. Fieber, Husten, infektiöser Atemnot)?
- War die Person innerhalb der letzten **14 Tage** in einem **Risikogebiet** www.rki.de/nc/warn-risikogebiete?
- Hatte die Person innerhalb der letzten **14 Tage** Kontakt zu einem **Coronavirus-Erkrankten**?

Wenn alle Fragen mit „NEIN“ beantwortet wurden

Wenn Frage 1 UND 2a und/oder 2b mit „JA“ beantwortet wurde

- Träger eines **Mund-Nasen-Schutzes** für Einsatzkraft und Fremdperson
- Bei **abklärungsbedürftiger** Person ärztliche Beurteilung einholen
- Falls Person **Mund-Nasen-Schutz nicht toleriert**
- Nach individueller **Risikoeinschätzung** Atemschutzmaske für die Einsatzkraft
- mindestens FFP3** bei direktem Kontakt und Infektionsrisiko
- Auswahl einer passenden **Atemschutzmaske** und individuelle **Anpassung** (Achtung: **Bartwuchs** beeinträchtigt die Abdichtung der Maske)
- Überprüfung** auf korrekten Sitz der Atemschutzmaske

Online-Version | Weitere Informationen | Risikogebiete | FAQ | COVID-19 | Infektionsschutz

Infektionen vorbeugen: Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir einer Vielzahl von Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

- Regelmäßig Hände waschen**
Hände waschen Sie sich zu Hause, vor und während der Zubereitung von Speisen, vor dem Einkaufen, nach dem Besuch der Toilette, nach dem Aussetzen, Tragen oder Niesen, vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten, nach dem Kontakt mit Tieren.
- Hände gründlich waschen**
Hände unter fließendem Wasser mit Seife waschen. Mindestens 20 Sekunden waschen. Hände unter fließendem Wasser abspülen und mit einem sauberen Tuch trocknen.
- Hände aus dem Gesicht fernhalten**
Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.
- Richtig husten und niesen**
Husten und Niesen Sie in ein leeres Papiertuch oder in Ihre Ellenbeuge. Halten Sie dabei einen Abstand von anderen Personen und Tieren ein.
- Im Krankheitsfall Abstand halten**
Kommen Sie sich zu Hause aus. Vermeiden Sie auf andere Personen. Bei einem Verdachtsfall für andere kann es sinnvoll sein, sich in einem separaten Raum aufzuhalten oder eine getrennte Toilette zu benutzen. Vermeiden Sie persönliche Gegenstände wie Handtücher oder Handlappen mitzunehmen.
- Wunden schützen**
Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster ab.
- Auf ein sauberes Zuhause achten**
Reinigen Sie insbesondere Hall- und Küche regelmäßig mit Bleichmittelalternativen. Lassen Sie Teppiche regelmäßig saugen und wischen sie häufig ab.
- Lebensmittel hygienisch behandeln**
Besondere Vorsicht bei Fleisch und Geflügel. Gekochtes Fleisch sollte mindestens 70°C heiß sein. Fleisch sollte mindestens 10 Minuten bei mindestens 70°C kochen.
- Geschir und Wäsche heiß waschen**
Reinigen Sie Küchengeräte mit warmem Wasser und Spülmittel oder im Geschirrspüler mindestens 70°C. Waschen Sie Tülltücher und Handtücher separat, mindestens 60°C und überweisen Sie mindestens 70°C.
- Regelmäßig lüften**
Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit einem geöffneten Fenster.

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!

Um Krankheitserreger zu entfernen, waschen Sie Ihre Hände gründlich. Das gelingt in fünf Schritten:

- Nass machen**
Hände unter fließendem Wasser halten.
- Rundum einseifen**
Hände von allen Seiten einschäumen.
- Zeit lassen**
Gründliches Einseifen dauert 20 bis 30 Sekunden.
- Gründlich abspülen**
Hände unter fließendem Wasser abspülen.
- Sorgfältig abtrocknen**
Hände mit einem sauberen Tuch trocknen.

27.06.2020