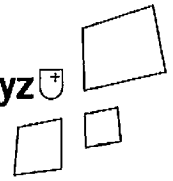


Kollegiumstrasse 28
Postfach 2161
6431 Schwyz
Telefon 041 819 16 15
Telefax 041 819 16 58

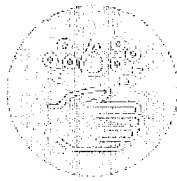
kantonschwyz 



Vorsorge- und Hygienemassnahmen

Die Befolgung einiger einfacher Vorsorgemassnahmen und Hygieneregeln ist für gesunde wie auch an der Grippe oder an ähnlich übertragbaren Viren erkrankten Personen sinnvoll.

Bei konsequenter Einhaltung reduziert sich die Übertragung der Viren und das Ansteckungsrisiko!



Hände waschen

Waschen Sie sich mehrmals täglich gründlich die Hände mit Wasser und Seife.



In ein Papiertaschentuch husten, niesen, schnäuzen oder spucken

Halten Sie sich beim Husten oder Niesen ein Papiertaschentuch vor Mund und Nase. Entsorgen Sie das Papiertaschentuch nach Gebrauch in einem Abfalleimer und waschen Sie sich danach gründlich die Hände mit Wasser und Seife.



In die Armbeuge husten oder niesen.

Wenn Sie kein Taschentuch zur Verfügung haben, husten oder niesen Sie bitte in Ihre Armbeuge. Dies ist hygienischer als die Hände vor den Mund zu halten. Sollten Sie doch die Hände benutzen, waschen Sie diese wenn möglich gleich danach gründlich mit Wasser und Seife.



Bleiben Sie zu Hause

Wenn Sie Krankheitssymptome verspüren, bleiben Sie zu Hause und rufen Sie ihren Hausarzt an. So verhindern Sie, dass die Krankheit weiter übertragen wird. Handelt es sich um eine Grippeerkrankung, kurieren Sie sich vollständig zu Hause aus. Warten Sie mindestens noch 1 Tag nach dem vollständigen Abklingen des Fiebers, bis Sie wieder in den Alltag zurückkehren.



Hygienemasken / Verhaltensregeln in der Öffentlichkeit

- Kranken zu Hause, die einen Mindestabstand von 1 Meter zu anderen Personen nicht einhalten können.
- Kranken, die sich ausser Haus begeben müssen (z.B. Arzt- oder Spitalbesuch).
- Personen, die einen **Mindestabstand von 1 Meter** zu einer erkrankten Person zuhause oder **in der Öffentlichkeit** nicht einhalten können, unabhängig davon, ob die erkrankte Person eine Hygienemaske trägt.



Quellen:

- https://www.impfengegengrippe.ch/files/downloads/17_EP_Factsheet_Allg_d_17.pdf
- <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/hygiene-pandemiefall.html>