



# GRIPPE

Auch eine scheinbar harmlose Grippe kann in Einzelfällen zu einer schweren Erkrankung führen. Schützen wir uns selbst und andere vor Ansteckung!

Foto: maconga (Fotolia)

## Basis-Hygiene-Empfehlungen für den Pandemiefall

**Bei Krankheitszeichen unbedingt zu Hause bleiben!** Typische Krankheitszeichen sind: jähes Auftreten von Abgeschlagenheit, Fieber, Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen; Beeinträchtigung der oberen Atemwege, wie Niesen, Husten, Atemnot; eventuell kommen auch Durchfall und Erbrechen vor. Zu Hause auskurieren, bis ohne Hilfe fiebersenkender Medikamente mindestens 24 Stunden kein Fieber besteht. Dauer fünf bis sieben Tage.

**Regelmäßig gründlich Hände waschen!** Möglichst mit warmem Wasser und Seife (Seifenspender) – vor dem Essen (Jausenbrot), nach Benutzung der Toilette und nach Kontakt mit erkrankten Personen.

**Vorschriftsmäßige Ausstattung und Reinigung der Toiletten!** Seifenspender, Einmalhandtücher, desinfizierende Reinigung.

**Vorsicht bei Kontakt!** Händegeben, Anhusten, Anniesen oder Umarmungen vermeiden.

**Abstand zu Erkrankten!** In der Freizeit Veranstaltungen bzw. Ansammlungen vieler Personen fernbleiben.

**Händedesinfektionsmittel** verwenden, falls keine Waschgelegenheit vorhanden ist.

**Nicht aus Wasserhähnen trinken!** Nur eigene Becher verwenden.

**Stoßlüftung!** Nach jeder Unterrichtseinheit – mindestens drei, nach Möglichkeit bis zu zehn Minuten.

**Papiertaschentücher** beim Niesen, Husten und Schnäuzen benützen und sofort in Plastiksackerl oder Mistkübel entsorgen. Sollten keine Papiertaschentücher vorhanden sein, nicht in die Hände, sondern abgewendet von anderen Personen in den Ärmel niesen.

**Aktuelle Informationen der Gesundheitsbehörden** ([www.bmg.gv.at](http://www.bmg.gv.at)) beachten.

**In der Schule erkrankte Kinder** sollten in einem eigenen Raum warten bis sie abgeholt werden. Ein Mindestabstand von einem Meter zu den Erkrankten ist ratsam.

**Kinder ohne Krankheitsanzeichen** dürfen derzeit in die Schule gehen, auch wenn Angehörige erkrankt sind.

**Für das Tragen von Schutzmasken** gibt es derzeit keine generelle Empfehlung. Für pflegende Personen können sie unter Befolgung der Anwendungsrichtlinien sinnvoll sein.