



2 Grundsätzliche Hygienemaßnahmen für Schüler und Lehrer

2.1.1 Regelmäßig Hände waschen

Immer nach.....

- dem Betreten des Schulgebäudes
- dem Besuch der Toilette
- oder wenn Sie einem Kind nach dem Toilettengang bei der Reinigung geholfen haben
- dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- dem Kontakt mit Tieren, Tierfutter oder tierischem Abfall

Immer vor....

- den Mahlzeiten
- dem hantieren mit Medikamenten oder Kosmetika

Immer vor und nach.....

- der Zubereitung von Speisen sowie öfter zwischendurch
- dem kontakt mit Kranken
- der Behandlung von Wunden

2.1.2 Hände gründlich waschen

Schmutz und auch Krankheitskeime abwaschen – das klingt einfach. Richtiges Händewaschen erfordert aber ein sorgfältiges Vorgehen. Häufig werden die Hände beispielsweise nicht ausreichend lange eingeseift und insbesondere Handrücken, Daumen und Fingespitzen vernachlässigt.

1. Halten Sie die Hände zunächst unter fließendes Wasser. Es genügt das Waschen mit kaltem Wasser. Soweit Mischbatterien vorhanden sind, können Sie die Temperatur so wählen, dass sie angenehm ist.
2. Seifen Sie dann die Hände gründlich ein – sowohl Handinnenflächen als auch Handrücken, Fingespitze, Fingerzwischenräume und Daumen. Denken Sie auch an die Fingernägel. Vorzugweise sollten auch in gemeinschaftlich genutzten Sanitärbereichen ein eigenes, mitgebrachtes Seifenstück, sonst bevorzugt Flüssigseife verwendet werden.
3. Reiben Sie die Seife an allen Stellen sanft ein. Gründliche Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden.
4. Danach die Hände unter fließendem Wasser abspülen. Verwenden Sie in öffentlichen Toiletten zum Schließen des Wasserhahns ein Handtuch oder Ihren Ellenbogen.
5. Trocknen Sie anschließend die Hände sorgfältig ab, auch in den Fingerzwischenräumen. Dazu sollte jeder sein persönliches Handtuch benutzen. Nutzen Sie derzeit nicht in den Schulen gegebenenfalls vorhandene elektrische Händetrockner (Heißluftgebläse).

2.1.4 Richtig Husten oder niesen

- Halten Sie beim Husten oder Niesen mindestens einen Meter Abstand von anderen Personen und drehen Sie sich weg.
- Niesen oder husten Sie am besten in ein Einwegtaschentuch. Verwenden Sie dieses nur einmal und entsorgen Sie es anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.
- Ist kein Taschentuch griffbereit, sollten Sie sich beim Husten und Niesen die Armbeuge vor Mund und Nase halten und ebenfalls sich dabei von anderen Personen abwenden.

2.1.5 Abstand halten

- Halten Sie – auch beim Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung- mindestens 1,50 m Abstand zu anderen Personen.
- Verzichten Sie auf Körperkontakt