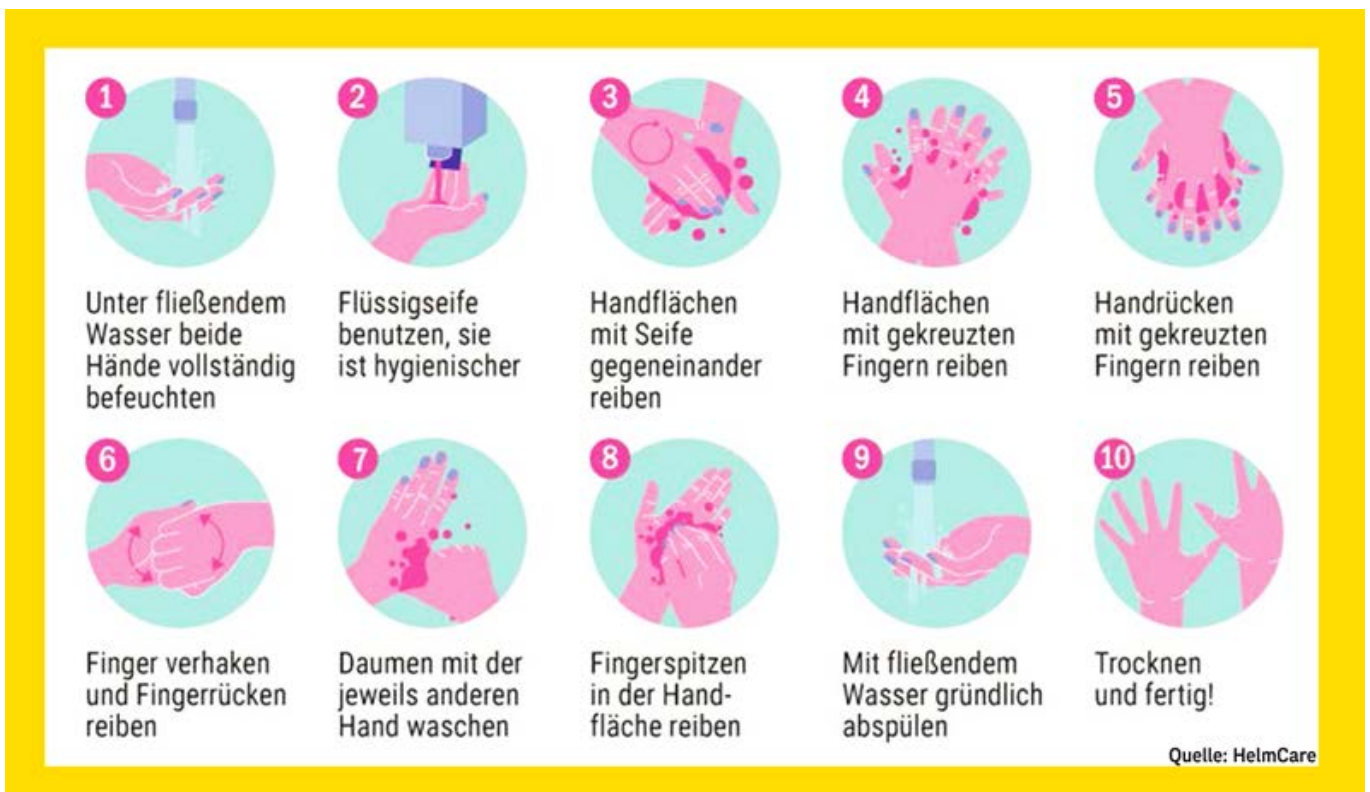


# Tipps zum Schutz vor Tröpfchen- und Schmierinfektion



In der Hauptinfektionszeit gibt es **vorbeugende Maßnahmen**, die gegen die Übertragung von Tröpfchen und Schmierinfektionen helfen können.

- Waschen Sie Ihre Hände gründlich und regelmäßig, besonders nach Niesen oder Husten, Kontakt mit den Schleimhäuten an Mund und Nase und vor dem Kochen oder Essen



- Greifen Sie sich nur mit sauberen Händen ins Gesicht
- Reduzieren Sie die Keime in der Luft durch regelmäßiges Lüften
- Trinken Sie genug und achten Sie auf ausreichende Luftfeuchtigkeit, feuchte Schleimhäute wehren Viren besser ab
- Verwenden Sie ein Taschentuch, wenn Sie niesen oder husten müssen und werfen Sie dieses danach sofort weg

Und denken Sie daran, dass es nicht unhöflich ist, zur Hauptinfektionszeit **nicht die Hände zu schütteln**.

## Wichtige Hinweise:

- **Von den Postsendungen** geht aus heutiger Sicht **kein Infektionsrisiko** aus.
- Das Virus überlebt nur wenige Sekunden auf Oberflächen.