

# Unser Anti-Viren-Programm

## Für unsere Sicherheit

In der Klinik ist das richtige Hygieneverhalten besonders wichtig. Krankheitserreger wie Viren und Bakterien können hier besonders schnell gefährlich werden. Mit dem Einhalten von Hygienemaßnahmen können wir alle einen wichtigen Beitrag zum Schutz vor Viren, Bakterien und Keimen leisten.

### Händehygiene



Viele Keime werden über das Berühren mit den Händen übertragen. Händehygiene unterbricht die Übertragung.

Mindestens 20 Sekunden Händewaschen mit Seife und Abspülen oder Händedesinfektion im Krankenhaus verringert die Menge der Krankheitserreger auf den Händen um 99,9%.

### Husten und Niesen



Durch Husten und Niesen werden Tröpfchen und mit ihnen Krankheitserreger an die Umgebung, also auf andere Menschen und Oberflächen, übertragen. Das richtige Verhalten beim Husten und Niesen verhindert, dass sich Tröpfchen und Keime verbreiten.

Wenden Sie sich beim Husten und Niesen von anderen Personen ab. Husten oder Niesen Sie in die Ellenbeuge oder halten Sie sich ein Taschentuch vor, das Sie gleich entsorgen.

Tipp: Je lauter die Stimme erhoben wird, desto mehr Tröpfchen und Keime fliegen durch die Luft. Also auch im Sinne der Hygiene: Sprechen Sie klar und deutlich, aber mit getragener Stimme.

### Begrüßen



Krankheitserreger leben unsichtbar auf den Händen der Menschen und werden durch Kontakt über die Hände übertragen. Das passiert auch beim Händeschütteln und Umarmen. Grüßen Sie daher berührungslos!

Anstelle des Händeschüttelns oder Umarmens andere „berührungslose“ Gruß- und Anerkennungsrituale verwenden: Mit einer leichten Verneigung wie beim japanischen Gruß oder einem Lächeln und einem Kopfnicken können wir andere kontaktlos, aber dennoch freundlich grüßen. Sollte es zu einem unerwarteten Handschlag kommen, müssen die Hände umgehend gewaschen oder desinfiziert werden.

## Gegenstände



Krankheitserreger leben unbemerkt auf Gegenständen, allen Oberflächen von Einrichtung und Wänden. Oft werden diese Erreger durch Berühren mit den Händen oder durch Niesen und Husten abgelagert und durch Berühren wieder auf Menschen verteilt. Diese Übertragungskette gilt es zu unterbrechen!

Mit den Händen nicht alles angreifen, schützt 100 Prozent. Und wenn es doch zu einer Berührung kommen sollte: Sofort Hände waschen oder desinfizieren.

## Maske tragen



Bei Virusinfektionen der oberen Atemwege werden durch Husten und/oder Niesen Tröpfchen mit Krankheitserregern an die Umgebung und somit auch auf andere Menschen übertragen.

Eine wichtige Maßnahme, damit es nicht zu dieser Übertragung kommt, ist das Tragen einer dicht sitzenden Maske im Falle einer Erkrankung der oberen Atemwege.

## Abstand halten



Je mehr und je enger Menschen beisammen sind, umso kürzer ist der Weg von Tröpfchen mit Krankheitserregern beim Sprechen, Lachen, Husten und Niesen.

Unterbrechen Sie die Übertragung, indem Sie Abstand zu anderen Personen halten, am besten mehr als 1,5 m. Bitte vermeiden Sie Gruppenbildungen und geben Sie sich gegenseitig Raum.

## Krankheitserreger

Die meisten Erreger von grippeartigen Infektionen mit Fieber und Husten sind Viren. Am häufigsten sind Rhino-Viren, Influenza-Viren, RS-Viren und nicht zuletzt Corona-Viren. Auch Bakterien sind „Gift“. Sie werden ebenfalls über Husten und Tröpfchen übertragen, z.B. Pneumokokken.

Das Wort „Virus“ kommt übrigens aus dem Lateinischen und bedeutet „das Gift“.

Die Aktion „Unser Anti-Viren-Programm“ ist eine Initiative der Task Force PatientInnensicherheit von AKH Wien und MedUni Wien.

