

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Übertragungswege von SARS-CoV-2 in der Allgemeinbevölkerung (gesellschaftlicher Umgang)

Aerosole und Tröpfchen

Der Hauptübertragungsweg für SARS-CoV-2 ist die respiratorische Aufnahme virushaltiger Flüssigkeitspartikel, die beim Atmen, Husten, Sprechen und Niesen entstehen. Je nach Partikelgröße unterscheidet man zwischen Tröpfchen (größer als 5 µm) und Aerosolen (feinste luftgetragene Flüssigkeitspartikel und Tröpfchenkerne, kleiner als 5 µm), wobei der Übergang zwischen beiden Formen fließend ist. Während insbesondere größere respiratorische Tröpfchen schnell zu Boden sinken, können Aerosole auch über längere Zeit in der Luft schweben und sich in geschlossenen Räumen verteilen. Ob und wie schnell die Tröpfchen und Aerosole absinken oder in der Luft schweben bleiben, ist neben der Größe der Partikel von einer Vielzahl weiterer Faktoren, u. a. der Temperatur und der Luftfeuchtigkeit, abhängig. Unter Laborbedingungen waren vermehrungsfähige SARS-CoV-2-Viren nach drei Stunden in luftgetragenen Partikeln, sogen. „Aerosolen“ nachweisbar.

Beim Atmen und Sprechen, aber noch stärker beim Schreien, Singen und sportlicher Aktivität werden Aerosole ausgeschieden; beim Husten und Niesen entstehen zusätzlich deutlich mehr Tröpfchen. Grundsätzlich ist die Wahrscheinlichkeit einer Exposition gegenüber infektiösen Tröpfchen und Aerosolen im Umkreis von 1-2 m um eine infizierte Person herum erhöht. Das Infektionsrisiko wird durch gleichzeitige Aktivitäten vieler Personen in Gebäuden bzw. durch den Aufenthalt vieler Personen auf engem Raum begünstigt.

Bei längerem Aufenthalt in kleinen, schlecht oder nicht belüfteten Räumen kann sich die Wahrscheinlichkeit einer Übertragung durch Aerosole auch über eine größere Distanz als 2 m erhöhen, insbesondere dann, wenn eine infektiöse Person besonders viele kleine Partikel (Aerosole) ausstößt und exponierte Personen besonders tief einatmen. Durch die Anreicherung und Verteilung der Aerosole im Raum ist das Einhalten des Mindestabstandes zur Infektionsprävention ggf. nicht mehr ausreichend.

Lüftung

Nur in den wenigsten Fällen kann in Innenräumen von ruhender Luft ausgegangen werden. Auch menschliche Bewegung und Tätigkeiten führen zu Luftbewegungen im Innenraum. Daher können Partikel innerhalb kurzer Zeit über mehrere Meter transportiert und im Innenraum verteilt werden. Das gilt auch für potenziell virushaltige Partikel.

► **Im Sinne des Infektionsschutzes sollten Innenräume mit einem möglichst hohen Luftaustausch und Frischluftanteil versorgt werden, z. B. durch freies Lüften über Fenster.**

► **Eine möglichst hohe Frischluftzufuhr ist eine der wirksamsten Methoden, potenziell virushaltige Aerosole aus Innenräumen zu entfernen.**

Schulen:

Bei Klassenraumgrößen von ca. 60-75 m³ und einer Schüleranzahl von üblicherweise 20-30 Kindern pro Klasse gilt folgendes. Hier soll in jeder (!) Unterrichtspause intensiv bei weit geöffneten Fenstern gelüftet werden, bei Unterrichtseinheiten von mehr als 45 Minuten

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Dauer, d.h. auch in Doppelstunden oder wenn nur eine kurze Pause (5 Minuten) zwischen den Unterrichtseinheiten vorgesehen ist, auch während des Unterrichtes. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass es durch die Lüftung nicht zu einer Verbreitung potenziell infektiöser Aerosole in andere Räume kommt. Ist z. B. wegen nicht vorhandener Fenster im Flur keine Querlüftung möglich, soll die Tür zum Flur geschlossen bleiben. Sind raumluftechnische Anlagen in den Schulen vorhanden, sollten diese bei der derzeitigen Pandemie möglichst durchgehend laufen. CO₂-Sensoren können helfen, die Lüftungsnotwendigkeit rasch zu erkennen.

► **Kommt es während des Unterrichts bei geschlossenen Fenstern bei einzelnen Personen zu Krankheitssymptomen wie wiederholtes Niesen oder Husten sollte unmittelbar gelüftet werden (Stoßlüftung wie oben beschrieben). Das gilt im Übrigen auch zu Hause oder im Büro.**

Ein effektiver Luftaustausch kann die Aerosolkonzentration in einem Raum vermindern. Übertragungen im Außenbereich kommen insgesamt selten vor. Bei Wahrung des Mindestabstandes ist die Übertragungswahrscheinlichkeit im Außenbereich aufgrund der Luftbewegung sehr gering.

Mund-Nasen-Bedeckung

Eine sogenannte Alltagsmaske bzw. Mund-Nasen-Bedeckung vermindert das Ausstoßen von Tröpfchen und Aerosolen. Sie schützt weniger den Träger der Maske als vielmehr die umgebenden Personen. Gesichtsvisiere sind einer Mund-Nasen-Bedeckung zwar rechtlich gleichgestellt, sie bieten jedoch aufgrund ihrer hohen Leckage und der damit verbundenen „Nebenluft“ keinen entsprechenden Fremdschutz. Funktionell dienen sie nur als „Spritzschutz“ für das Gesicht.

Aus diesem Grunde ist auf das alleinige Tragen von Gesichtsvisieren anstelle von Mund-Nasen-Bedeckungen im Bereich der Schulen / öffentlichen Gebäuden des Landkreises zu verzichten. **Gesichtsvisiere können nur zusätzlich** zu einer Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden.

Inzwischen wurde wissenschaftlich belegt, dass das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung die Freisetzung infektiöser Aerosole reduziert bzw. verzögert. Die konsequente Verwendung von Mund-Nasen-Bedeckungen kann Bestandteil einer Strategie sein, die Ausbreitung von SARS-CoV-2 zu verlangsamen. Der Wirkungsgrad dieser Mund-Nasen-Bedeckung nimmt mit der Partikelgröße der ausgeatmeten Partikel zu. Kleinere Partikel werden weniger gut zurückgehalten als größere.

► **Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung und die Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln in Innenräumen sind nur dann ausreichend wirksam, wenn gleichzeitig für einen angemessenen Luftaustausch über Fensterlüftung oder Lüftungstechnik im Raum gesorgt wird.**

Angemessen bedeutet in der derzeitigen Situation für eine möglichst hohe Zuführung von Frischluft zu sorgen, welche eine Innenraumlufqualität möglichst annähernd an die Außenluft herstellt.

SARS-CoV-2 stellt unsere Gesellschaft vor unerwartete und gänzlich neue logistische Herausforderungen. Mittlerweile haben wir erkannt, dass in unzureichend belüfteten Innenräumen das Risiko einer Ansteckung mit SARS-CoV-2 erhöht sein kann. Neben der Beachtung der **allgemeinen Hygiene- und Abstandsregeln** und dem **Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung** kann dieses Risiko durch **konsequente Lüftung** oder sachgerechten

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Einsatz von Lüftungstechniken in Innenräumen deutlich reduziert werden, auch wenn dadurch kein 100 prozentiger Schutz vor Infektionen mit SARS-CoV-2 in Innenräumen erreicht werden kann.

Spuckschutz

Das Aufstellen von Plexiglasscheiben bzw. Folienwänden im Sinne eines Spuckschutzes im Klassenraum ist aufgrund der physikalischen Verteilung von Aerosolen in selbigen völlig sinnbefreit. Vielmehr ist auf eine ausreichende Frischluftzufuhr durch regelmäßiges Stoßlüften in kurzen Intervallen (mindestens alle 45 Minuten) zu achten (s. oben).

Reinigung von Oberflächen in öffentlichen Gebäuden außerhalb von Gesundheitseinrichtungen im Zusammenhang mit der COVID-19-Pandemie

Virus-Stabilität auf Oberflächen

In mehreren Untersuchungen wurde SARS-CoV-2-RNA auf verschiedenen Flächen in der Umgebung von COVID-19-Patienten gefunden. In keinem Fall gelang bisher die Anzucht des Virus, so dass nicht geklärt ist, ob das Virus von diesen realen Flächen übertragen werden kann.

Generell nimmt die Infektiosität von Coronaviren auf unbelebten Oberflächen in Abhängigkeit von Material und Umweltbedingungen wie Temperatur und Feuchtigkeit ab. Generell kann bei niedrigen Temperaturen von einer längeren Infektiosität des Virus ausgegangen werden. Auch in biologischen Sekreten (bei Anschmutzung) ist davon auszugehen, dass das Virus länger stabil bleibt.

Infektionen durch Berührung von Oberflächen mit häufigem Handkontakt (Türklinken, Handgriffe, Bargeld)?

Nachweise über eine Übertragung durch Oberflächen im öffentlichen Bereich liegen jedoch bisher nicht vor (Bundesamt für Risikobewertung (BfR)).

Grundsätzlich können Coronaviren durch direktes Niesen oder Husten einer infizierten Person auf Oberflächen gelangen und eine Zeit lang überleben. Eine Schmierinfektion einer weiteren Person erscheint dann möglich, wenn das Virus kurz danach über die Hände auf die Schleimhäute der Nase, der Augen oder des Mund- und Rachenraumes übertragen wird. Um sich vor Virusübertragungen über kontaminierte Oberflächen zu schützen, ist es wichtig, die allgemeinen Regeln der Hygiene des Alltags, wie regelmäßiges Händewaschen und Fernhalten der Hände aus dem Gesicht, zu beachten.

Das SARS-Corona Virus-2 ist von einer Hülle umgeben. Diese Hülle macht das SARS-Coronavirus empfindlich gegenüber der Einwirkung von z.B. Seifen, die die Virushülle zerstören.

► In Außenbereichen bzw. in öffentlichen Bereichen steht die Reinigung (mit Wasser und Seife) im Vordergrund.

In diesem Zusammenhang wird auch darauf hingewiesen, dass die konsequente Umsetzung der Händehygiene die wirksamste Maßnahme gegen die Übertragung von Krankheitserregern auf oder durch Oberflächen darstellt.

► Eine routinemäßige Flächendesinfektion in öffentlichen Bereichen, auch der häufigen Kontaktflächen, wird auch in der jetzigen COVID-Pandemie nicht empfohlen. Hier ist die angemessene Reinigung das Verfahren der Wahl.

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Computertastaturen im Schulunterricht (häufiger Nutzerwechsel)

Flächen, die nicht mit Wasser und Seife gereinigt werden können, wie z.B. Computertastaturen, sollten nach adäquatem Händewaschen (s. unten, Dauer von mindestens 20 Sekunden) mit Einmalhandschuhen bedient werden, so dass die Hände keinen direkten Hautkontakt mit der Tastatur haben.

Kontamination von Flächen mit Körpersekreten

Wird eine Desinfektion im Einzelfall (z.B. bei Kontamination von Flächen mit Körpersekreten) als notwendig erachtet, so sollte diese generell als **Wischdesinfektion** durchgeführt werden. Eine Sprühdesinfektion, d.h. die Benetzung der Oberfläche ohne mechanische Einwirkung, ist wenig effektiv und auch aus Arbeitsschutzgründen obsolet, da der Sprühnebel der Desinfektionsmittel (= Zellgifte) eingeatmet werden und zu Lungenschäden führen kann.

Toilettenhygiene

Einfache Maßnahmen sorgen für Hygiene im Sanitärbereich. Im eigenen Zuhause, in öffentlichen Sanitärräumen unterwegs, am Arbeitsplatz, im Kindergarten oder in der Schule: Nach dem Toilettenbesuch können Keime leicht über kleinste Stuhlreste weitergetragen werden. Von den Händen können Erreger beispielsweise an Spültaster, Armaturen oder Türklinken weitergereicht werden und dort abhängig von der Art des Keims, der Beschaffenheit der Oberfläche, der Umgebungstemperatur oder Feuchtigkeit für einige Zeit überleben.

Bei Kontakt mit verunreinigten Gegenständen können Krankheitserreger über eine Schmierinfektion an die Hände anderer Menschen sowie schließlich in deren Mund und Verdauungstrakt gelangen und Infektionskrankheiten auslösen.

Ganz entscheidend sind neben dem **Händewaschen einfache Hygienemaßnahmen**, die die Zahl krankmachender Keime eindämmen und das Erkrankungsrisiko senken.

Richtig putzen

Ein keimfreies Umfeld ist weder möglich noch notwendig oder sinnvoll. Es genügt gründliche Sauberkeit. Diese lässt sich in Bad und Toilette mit einfachen Hygieneregeln erreichen:

- Handelsübliche Putzmittel reichen für die Reinigung aus.
- Verwenden Sie für den Sanitärbereich separate Putzlappen. Putzen Sie zuerst das Waschbecken, dann das WC.
- Auch Türklinken, Lichtschalter und andere Hand-Kontakt-Flächen regelmäßig abwischen.
- Lassen Sie nach dem Gebrauch Wischlappen oder Mopp immer gut trocknen, denn Bakterien vermehren sich im feuchten Milieu besonders gut.
- Putzlappen sollten Sie häufig wechseln und bei mindestens 60°C waschen.

Besuch öffentlicher Toiletten

Um sich und andere zu schützen, sind beim Besuch öffentlicher Toiletten selbstverständlich dieselben Hygieneregeln einzuhalten wie zu Hause.

- Auf öffentlichen Toiletten in Gaststätten, am Arbeitsplatz, in der Schule oder im Kindergarten sollten ausreichend Toilettenpapier, Flüssigseife und Trocknungsmöglichkeiten

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

zur Verfügung stehen. Wenn die sanitären Anlagen nicht ausreichend ausgestattet sind, sprechen Sie die Zuständigen darauf an.

- In öffentlichen Sanitarräumen können Sie nach dem Händewaschen den Wasserhahn mit einem Einmaltuch schließen und beim Verlassen die Türklinke ebenfalls mit einem Einmaltuch anfassen oder den Ellenbogen benutzen.

Händehygiene

Händewaschen schützt vor Infektionen

Viele Infektionskrankheiten werden über die Hände übertragen. Dazu gehören beispielsweise Erkrankungen wie Erkältungen, die Grippe oder ansteckende Magen-Darm-Infektionen. Händewaschen ist eine einfache und wirksame Maßnahme, die vor einer Ansteckung schützen kann.

Wenn Sie sich regelmäßig gründlich die Hände waschen, schützen Sie sich und andere vor vielen Krankheitserregern. Denn gründliches Händewaschen senkt die Anzahl der Keime an den Händen auf bis zu ein Tausendstel. Damit verringert sich das Risiko, dass Erreger beispielsweise mit dem Essen in den Mund oder über die Schleimhäute von Mund, Nase oder Augen in den Körper gelangen oder an Familienmitglieder, Freunde oder Kollegen weitergereicht werden. Das ist in Zeiten von Krankheitswellen im Allgemeinen besonders wichtig.

Dass Händewaschen tatsächlich die Häufigkeit von Infektionskrankheiten senkt, wurde in vielen Studien untersucht und bestätigt. Auf Basis verschiedener Untersuchungen wird beispielsweise geschätzt, dass sich durch das gründliche Waschen der Hände mit Wasser und Seife das Risiko von Durchfallerkrankungen fast halbiert.

Hände regelmäßig waschen

Die Hände sollten nicht nur gewaschen werden, wenn sie sichtbar schmutzig sind. Denn Krankheitserreger sind mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen. Daher sollten Sie sich im Alltag regelmäßig die Hände waschen, insbesondere bei nachfolgenden Anlässen:

Immer nach...

- dem nach Hause kommen
- dem Besuch der Toilette
- dem Wechseln von Windeln oder wenn Sie Ihrem Kind nach dem Toilettengang bei der Reinigung geholfen haben
- dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- dem Kontakt mit Abfällen
- 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, insbesondere wenn Sie rohes Fleisch verarbeitet haben
- dem Kontakt mit Kranken
- der Behandlung von Wunden

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

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 Fingerspitzen vernachlässigt.

Das korrekte Händewaschen (s. unten) sollte im pädagogischen Kontext zusammen mit den Schülern kontrolliert eingeübt werden, damit es zur Routine wird.

Ist zusätzlich zum Händewaschen eine Händedesinfektion sinnvoll?

Im privaten Umfeld ist eine Händedesinfektion im Allgemeinen nicht erforderlich. Für sichtbar schmutzige Hände sind Desinfektionsmittel nicht geeignet, da sie nicht adäquat wirken können. Im öffentlichen Bereichen kann die Händedesinfektion indiziert sein, wenn keine Möglichkeit zum Waschen der Hände besteht.

Desinfektion

Als Hände- oder Flächendesinfektionsmittel kommen unterschiedliche chemische Substanzen in unterschiedlichen Zusammensetzungen zur Anwendung, die eine abtötende Wirkung gegenüber unterschiedlichen Bakterien und/oder Viren besitzen. Es handelt sich um Zellgifte, die zusätzlich unter die Gefahrstoffverordnung fallen, da sie z. B. leicht entflammbar sind oder zu ernsthaften Gesundheitsschäden bei nicht korrekter Anwendung führen können (kanzerogen, zytotoxisch, Augenhornhautverletzungen, Hautirritationen, Allergien, Ekzeme, Verätzungen, Vergiftungen).

Darüber hinaus sollten einige Flächendesinfektionsmittel nur von fachkundigen Personen, unter Verwendung von Einmalhandschuhen, angewendet und die Flächen nach erfolgter Wischdesinfektion mit Trinkwasser nachgespült werden. Diese Verfahrensanweisung ist für die Anwendung im öffentlichen Raum wenig praktikabel.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die mögliche Zerstörung von Oberflächen durch Desinfektionsmittel. Aus diesem Grunde werden im Gesundheitssektor vor Anwendung von Flächendesinfektionsmitteln Unbedenklichkeitsbescheinigungen zur Materialverträglichkeit von den Herstellerfirmen verlangt.

Die meisten Desinfektionsmittel sind flüchtige Substanzen, so dass die Substanzen nicht mehr in der ursprünglich hergestellten Konzentration mit der dementsprechenden Wirkung verfügbar sind. Vorgetränkte Flächendesinfektionstücher, sog. „Wipes“ trocknen aus und haben, mit einer zu geringen Menge an Desinfektionsmittel getränkt, keine suffiziente Wirkung am Einwirkungsort.

Darüber hinaus können Desinfektionsmittel, wenn sie in großen Mengen in den Abfluss gelangen, auch nützliche Wasserorganismen abtöten. Daher ist immer abzuwägen, ob der Einsatz von Desinfektionsmitteln wirklich geboten ist und ob ihre Vorteile überwiegen.

Antibakteriell – oder kommerziell?

Auch wenn die Werbung mit antibakteriellen Reinigern wirbt: Normale Haushaltsreiniger reichen aus. Die „Bakterienblocker“ bieten keine Vorteile.

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Grundsätzliches zu Desinfektionsmittel. Wie werden Desinfektionsmittel richtig eingesetzt?

Die Mittel müssen richtig ausgewählt und eingesetzt werden, da sie ansonsten unwirksam sind. Falsch verwendet können Desinfektionsmittel möglicherweise sogar dazu führen, dass Krankheitserreger unempfindlich gegenüber den Wirkstoffen werden.

- Ganz wichtig: Die empfohlenen Einwirkzeiten müssen beachtet werden. Die Einwirkzeit ist die Zeitdauer, die benötigt wird, um mindestens 99,999 Prozent der Bakterien, 99,99% der Pilze und 99,9% der Viren abzutöten oder zu inaktivieren. Das kann unterschiedlich lang dauern. Sporen, also bestimmte Dauerformen eines Bakteriums, sind zum Beispiel schwerer angreifbar als ein Bakterium, welches sich in der Teilung befindet. Entsprechend dauert die Einwirkzeit länger.
- Um eine Unterdosierung zu vermeiden und die Gefahr von Verätzungen beim Verdünnen von Desinfektionsmitteln zu verhindern, sollten Produkte ausgewählt werden, die direkt verwendet werden können (ready-to-use).
- Da auch Desinfektionsmittel nur eine begrenzte Haltbarkeit haben, sollte auf das Haltbarkeitsdatum geachtet werden.
- Nicht jedes Desinfektionsmittel wirkt gegen jeden Krankheitserreger. Es ist also wichtig, das richtige Mittel einzusetzen.
- Wenn Flächendesinfektionsmittel eingesetzt werden, ist es meist besser, Einwegtücher zu verwenden. Putzlappen müssen häufig gewechselt werden und bei mindestens 60 °C gewaschen werden. Für die einzelnen Bereiche (Toilette, Küche) sollten unbedingt verschiedene Wischlappen verwendet werden, um eine evtl. Weiterverbreitung der Erreger über die Flächen zu vermeiden.
- Händedesinfektionsmittel müssen in die trockene Hand eingerieben werden und dürfen nicht anschließend mit Wasser abgespült werden.

Quellen

SARS-CoV-2 Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19), Stand 02.09.2020
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html

Das Risiko einer Übertragung von SARS-CoV-2 in Innenräumen lässt sich durch geeignete Lüftungsmaßnahmen reduzieren. Stellungnahme der Kommission Innenraumlufthygiene am Umweltbundesamt, Stand 12.08.2020
https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/2546/dokumente/irk_stellungnahme_lueftung_sars-cov-2_0.pdf

Händehygiene und Corona-Virus; Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Stand 02.09.2020
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/alltag-in-zeiten-von-corona/hygiene-beachten.html>

Hinweise zu Reinigung und Desinfektion von Oberflächen außerhalb von Gesundheitseinrichtungen im Zusammenhang mit der COVID-19-Pandemie, Stand: 3.7.2020
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Reinigung_Desinfektion.html

Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) <https://www.bfr.bund.de/cm/343/kann-das-neuartige-coronavirus-ueber-lebensmittel-und-gegenstaende-uebertragen-werden.pdf>

Empfehlungen zu Hygienemaßnahmen in Schulen des Landkreises Limburg Weilburg

Stand 07.09.2020

Gründliches Händewaschen gelingt in fünf Schritten:



Halten Sie die Hände zunächst unter fließendes Wasser. Die Temperatur können Sie so wählen, dass sie angenehm ist.



Seifen Sie dann die Hände gründlich ein – sowohl Handinnenflächen als auch Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Daumen. Denken Sie auch an die Fingernägel. Hygienischer als Seifenstücke sind Flüssigseifen, besonders in öffentlichen Waschräumen.



Reiben Sie die Seife an allen Stellen sanft ein. Gründliches Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden.



Danach die Hände unter fließendem Wasser abspülen. Verwenden Sie in öffentlichen Toiletten zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder Ihren Ellenbogen.



Trocknen Sie anschließend die Hände sorgfältig ab, auch in den Fingerzwischenräumen. In öffentlichen Toiletten eignen sich hierfür am besten Einmalhandtücher. Zu Hause sollte jeder sein persönliches Handtuch benutzen.