

Gesundheitstipp

Wirksamer
SCHUTZ vor
KRANKHEITS
ERREGERN

GESUNDHEIT GANZ NAH.
WIR SIND DA.

Wirksamer Schutz vor Krankheitserregern

Unser Immunsystem leistet viel Arbeit, um Krankheitserreger abzuwehren: Unterstützen Sie es dabei, Keime fernzuhalten und beugen Sie so Erkrankungen vor.

- Halten Sie Abstand zu erkrankten Menschen - so gehen Sie der direkten Übertragung von Krankheitserregern aus dem Weg. Besonders ansteckungsgefährdet sind Schwangere, Säuglinge und alte sowie immungeschwächte Menschen.
- Achten Sie darauf, Wunden richtig zu versorgen: Schon kleine Verletzungen wie Kratzer oder Schnitte können Türen für Krankheitserreger sein. Desinfizieren Sie Wunden immer mit Wundspray und schützen Sie sie mit einem Pflaster oder Verband.
- Manchmal muss man Keime aktiv fernhalten: Besonders im Schwimmbad, beim Sport oder in der Sauna lauern Fußpilz, Viren und Co. Legen Sie ein eigenes Handtuch auf alle Flächen, tragen Sie Badeschlappen und trocknen Sie nach dem Duschen Ihre Füße richtig ab - so verhindern Sie viele Ansteckungsgefahren.

Tipp:

Regelmäßiges Händewaschen nicht vergessen - vermeiden Sie vor allem, mit ungewaschenen Händen Augen, Nase und Mund zu berühren.