

Händedesinfektion

Desinfektionsmittel in die trockenen Hände geben: Mit dem rechten Ellenbogen am Spender pumpen, in der linken hohlen Handfläche das Desinfektionsmittel auffangen (3-5ml / 2-3 Hübe).

30 Sekunden lang die unten abgebildeten Schritte durchführen, dabei die Bewegung jedes Schrittes 5mal durchführen. Darauf achten, dass die Hände bei allen Schritten feucht bleiben, ggf. erneut Desinfektionsmittel auftragen.



Fingerkuppen der rechten Hand in das Desinfektionsmittel in der linken Handfläche tauchen, kreisend einreiben, Hände wechseln.



Handfläche auf Handfläche reiben.
Handgelenk nicht vergessen!



Handfläche auf Handrücken reiben, mit gespreizten Fingern. Dabei auch die Fingerzwischenräume reiben. Hände wechseln.



Handfläche auf Handfläche reiben, mit gespreizten Fingern. Dabei auch die Fingerzwischenräume reiben.



Außenseite der Finger auf die gegenüberliegende Handfläche mit verschränkten Fingern legen und hin und her reiben.



Den rechten Daumen mit der linken Hand umschließen, kreisend einreiben, Hände wechseln.

Die Reihenfolge der einzelnen Schritte ist nicht zwingend notwendig einzuhalten. Aber alle Schritte sollten durchgeführt werden.

MUND- UND NASENSCHUTZ AUFSETZEN



1

HÄNDE MIT WASSER
UND SEIFE REINIGEN
ODER DESINFIZIEREN.



2

BEIM AUFSETZEN DER
MASKE NUR AN DEN
BEFESTIGUNGSBÄNDERN
ANFASSEN.



3

WENN VORHANDEN,
EINGEARBEITETE METALLSCHIENE
MIT BEIDEN ZEIGEFINGERN
AN NASE ANPASSEN.



4

UNTEREN TEIL DER MASKE
VORSICHTIG MIT DEN
FINGERN ÜBER MUND UND
KINN ZIEHEN.



5

BERÜHREN DER MASKE
WÄHREND DES TRAGENS
VERMEIDEN.

MUND- UND NASENSCHUTZ ABNEHMEN



1

HÄNDE MIT WASSER
UND SEIFE REINIGEN
ODER DESINFIZIEREN.



2

MASKE ÜBER BEFESTIGUNGSBÄNDER
ABNEHMEN UND DABEI DEN
VORDEREN BEREICH NICHT
BERÜHREN.



3

BEIDE BEFESTIGUNGSBÄNDER
MIT DEN FINGERN FESTHALTEN,
ANHEBEN UND MASKE ENTFERNEN.



4

BEI DER VERWENDUNG VON
EINMALMASKEN, MASKE
DANACH IN DEN MÜLLERIMER
WERFEN.



5

HÄNDE MIT WASSER
UND SEIFE REINIGEN
ODER DESINFIZIEREN.