

Persönliche Hygiene-Maßnahmen gemäß Hygieneplan Corona für die Schulen in Mecklenburg-Vorpommern (Stand: 17.04.2020)

Wichtigste Maßnahmen

- Bei Atemwegssymptomen zu Hause bleiben.
- Abstand halten: Es ist, wo immer möglich, ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten.
- keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln
- Händehygiene: regelmäßig und sorgfältig mindestens 20 Sekunden lang die Hände waschen (siehe <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html>).
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere nicht die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an den Mund, an die Augen und an die Nase fassen.
- Vor dem Essen die Hände gründlich waschen.
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen.
- Die Husten- und Niesetikette einhalten: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand halten, am besten wegdrehen.
- Eine Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) als textile Barriere (sogenannte community mask oder Behelfsmaske) tragen: Damit können Tröpfchen abgefangen werden, die man z. B. beim Husten, Niesen und Sprechen ausstößt. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Diese Masken sollen bei der Schülerbeförderung getragen werden. In den Pausen, die im Innenbereich stattfinden, wird dies empfohlen.
- Eine Ansprache Auge-in-Auge, mit geringem Abstand muss vermieden werden (keine Gespräche, bei denen sich Köpfe in unmittelbarer Nähe befinden: Bitte nicht über die Schulter schauen, nicht über das Heft beugen etc.).
- Räumlichkeiten und Flure regelmäßig lüften.

Hinweise zum Umgang mit Mund-Nasen-Bedeckung (Community Maske)

Das Robert Koch-Institut (RKI) empfiehlt ein generelles Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) in bestimmten Situationen im öffentlichen Raum als weitere Möglichkeit die Ausbreitungsgeschwindigkeit von SARS-CoV-2 in der Bevölkerung zu reduzieren. Insbesondere in Situationen, in denen die räumliche Distanzierung (Abstand < 1,5 m) nicht eingehalten werden kann, können Mund-Nasen-Bedeckungen eventuell hilfreich sein. Allerdings können sich Träger von Mund-Nasen-Bedeckungen nicht darauf verlassen, dass diese sie oder andere vor einer Übertragung von SARS-CoV-2 schützen, da für die MNB keine entsprechende Schutzwirkung nachgewiesen wurde.

Sollte dennoch eine Mund-Nasen-Bedeckung von Beschäftigten getragen werden, sind die Hinweise des Bundesamtes für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zu beachten:

- Auch mit MNB sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 m zu anderen Menschen eingehalten werden.
- Die Hände sollten vor Anlegen der Maske gründlich mit Seife gewaschen werden.
- Beim Anziehen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die Maske muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren.
- Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Maske genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.
- Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.
- Die Außenseite, aber auch die Innenseite der gebrauchten Maske ist potentiell erregert. Um eine Kontaminierung der Hände zu verhindern, sollten diese möglichst nicht berührt werden.
- Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden (mindestens 20-30 Sekunden mit Seife).
- Die Maske sollte längstens für einen Tag getragen werden. Bei deutlicher Durchfeuchtung ist sie häufiger zu wechseln.
- MNB sollten nach eintägiger Nutzung idealerweise bei 95 Grad, mindestens aber bei 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Herstellerhinweise sind ggf. zu beachten.