



# Pandemiebedrohung: Die wichtigsten Hygienemassnahmen

Die Grippe ist eine akute Infektionskrankheit der Atemwege, welche durch Influenzaviren verursacht wird. Die Übertragung der Viren erfolgt entweder direkt über Tröpfchen, die von einer infizierten Person über Niesen, Husten und Sprechen verbreitet werden oder indirekt über den Kontakt mit Oberflächen (z.B. Türklinken), auf denen Viren eine Zeit lang überleben können.

Einfache Hygienemassnahmen können dazu beitragen, die Übertragung von Krankheitserregern zu reduzieren.

Weitere Informationen unter [www.bag.admin.ch/grippe](http://www.bag.admin.ch/grippe) und [www.pandemia.ch](http://www.pandemia.ch).



**Waschen Sie sich regelmässig und gründlich die Hände mit Wasser und Seife.**



**Halten Sie sich beim Husten oder Niesen ein Papiertaschentuch vor Mund und Nase.**

Wenn Sie kein Taschentuch zur Verfügung haben: Halten Sie die Hand vor Nase und Mund und waschen Sie sich gleich darauf die Hände mit Wasser und Seife oder halten Sie Ihren Arm vor Nase und Mund.



**Entsorgen Sie das Papiertaschentuch nach Gebrauch in einem Abfalleimer und waschen Sie sich danach die Hände.**