



# Atemwegsinfektionen – Hygiene schützt!

So  
schützen Sie  
sich gegen  
**Erkältung, Grippe,  
RSV und  
COVID-19!**

## Die wichtigsten Hygienetipps



Bleiben Sie zu Hause,  
wenn Sie krank sind



Achten Sie auf Hygiene  
beim Husten und Niesen



Waschen Sie  
regelmäßig Ihre Hände



Tragen Sie gegebenenfalls  
eine Maske



Halten Sie Abstand  
zu erkrankten Personen



Halten Sie die Hände  
aus dem Gesicht fern



Lüften Sie  
regelmäßig und gründlich



Reinigen Sie regelmäßig Oberflächen,  
die häufig berührt werden

Stand: Oktober 2024



Weitere Informationen zu Atemwegsinfektionen –  
deren Erreger, Krankheitszeichen sowie Verhaltens-  
tipps und Schutzmaßnahmen – finden Sie  
auf [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de).



**infektionsschutz.de**  
Wissen, was schützt.

