

# COVID-19

Handreichung für Unternehmen

Stand: 06.04.2020

## SARS-COV-2 / COVID-19

Das Corona-Virus kann von Mensch zu Mensch durch **Tröpfcheninfektion über die Schleimhäute (Augen, Mund, Nase)** übertragen werden. Die häufigsten Anzeichen bei Erkrankten sind Symptome wie Fieber, trockener Husten und Kurzatmigkeit. Besonders bei älteren und vorerkrankten Menschen kann die Infektion zu schweren Lungenentzündungen und auch Tod führen. Die Dauer der Erkrankung liegt bei ungefähr zwei Wochen.

Für eine **Ansteckung über unbelebte Oberflächen**, wie zum Beispiel Waren, Postsendungen, Werkzeug, Computer, Kleidung oder über kontaminierte Lebensmittel **gibt es keine Hinweise**. Eine exakte wissenschaftliche Bewertung liegt allerdings noch nicht vor. Aufgrund der relativ geringen Stabilität von Coronaviren in der Umwelt ist eine Ansteckung aber nur in einem kurzen Zeitraum nach der Kontamination wahrscheinlich. Ein Impfstoff gegen das Virus liegt derzeit nicht vor.



## Hinweise zur Kontaktvermeidung

- halten Sie mindestens 1,5 m Abstand zu anderen Personen
- vermeiden Sie Körperkontakt, wie Händeschütteln
- vermeiden Sie Versammlungen und Meetings
- sagen Sie unnötige Reisen ab
- bringen Sie möglichst Ihre eigenen Mahlzeiten mit zur Arbeit
- vermeiden Sie öffentliche Verkehrsmittel
- sorgen Sie für ausreichend Schutz, zum Beispiel durch Atemschutzmasken
- halten Sie diese Regeln auch in Ihrer Freizeit ein



## Verhalten bei Krankheitsverdacht

### Anzeichen:

Trockener Husten, Fieber, Atemnot, Muskel- und Gelenkschmerzen, Hals- und Kopfschmerzen

### Verhalten:

Bei Krankheitsanzeichen sofortige telefonische Kontaktaufnahme mit dem zuständigen Betriebsarzt/ Vertragsarzt des Betriebes, Ihrem Hausarzt oder dem ärztlichen Bereitschaftsdienst (116117).

Weiteres Verhalten gemäß ärztlicher Anweisung

Melden Sie Ihren Verdacht umgehend dem Vorgesetzten



## Hygienemaßnahmen

### 1. Regelmäßig Hände waschen

- sofort nach Betreten des Gebäudes
- vor und nach Besorgungsgängen
- vor und nach dem Essen
- nach Naseputzen, Niesen oder Husten
- nach jedem Besuch einer Toilette
- nach der unvermeidbaren Benutzung von Öffentlichen Verkehrsmitteln

### 2. Gründlich Hände waschen

- Hände unter fließendes Wasser halten
- von allen Seiten mit Seife einreiben, Finger einzeln, Handrücken nicht vergessen
- dabei mindestens 20 Sekunden Zeit lassen
- unter fließendem Wasser abwaschen
- mit einem sauberen Tuch abtrocknen
- Desinfektionsmittel nutzen, wenn vorhanden

### 3. Hände vom Gesicht fernhalten

### 4. Richtig husten und niesen

- von anderen Abstand halten und wegdrehen
- nur in die Armbeuge oder Papiertaschentuch

### 5. Räume regelmäßig lüften

### 6. Reinigen Sie Smartphones und Tablets regelmäßig



## Stärken Sie Ihr Immunsystem

- bewegen Sie sich an der frischen Luft - im Rahmen der örtlichen Regelungen
- Sonnenstrahlen aktivieren die Bildung von Vitamin D
- machen Sie regelmäßig Bewegungsübungen, auch zu Hause
- ernähren Sie sich ausgewogen - besonders im HomeOffice mit weniger Bewegung
- pflegen Sie soziale Kontakte per Telefon, Videochat oder Brief
- achten Sie auf ausreichend Schlaf



## Weitere Informationsquellen

Unterstützung der Chemieverbände Rheinland-Pfalz

<https://www.chemie-rp.de/corona-hilfe>

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

<https://www.infektionsschutz/coronavirus>

Robert-Koch-Institut

<https://www.rki.de>

Bundesinstitut für Risikobewertung

<https://cvrp.de/covidrisk>

Gesundheitsministerium

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

Herausgeber: Chemieverbände Rheinland-Pfalz,  
[kommunikation@chemie-rp.de](mailto:kommunikation@chemie-rp.de)