

Schutz vor Viren

Im Blick auf die Ereignisse der letzten Wochen wollte unser Schularzt Dr. Onur Fistikoğlu mit diesem Hinweis unsere Schüler und Schülerinnen nochmals an wichtige Hygienevorschriften erinnern.

Corona-Viren sind Viren, denen die meisten Menschen in ihrem Leben begegnen. Coronaviren verursachen häufig leichte bis mittelschwere Erkrankungen der oberen Atemwege.

Influenza hingegen ist eine ansteckende Krankheit, die durch ein Virus verursacht wird, das mit Symptomen wie plötzlichem Fieber über 39 °C, starken Muskel- und Gelenkschmerzen, Schwäche, Müdigkeit, Schüttelfrost, Kopfschmerzen und trockenem Husten beginnt.

Schutz vor Viren:

- Achten Sie auf die persönlichen Hygienevorschriften und waschen Sie Ihre Hände häufig mit Wasser und Seife.
- Da es nützlich ist, sich vor der Grippe zu schützen, wird empfohlen, sich nicht für längere Zeit in überfüllten Umgebungen aufzuhalten und sich von solchen Umgebungen fernzuhalten, sofern dies nicht erforderlich ist.
- Enger Kontakt mit kranken Menschen sollte vermieden werden.
- Mund, Nase und Augen dürfen nicht mit schmutzigen Händen berührt werden.
- Häufig benutzte und berührte Oberflächen, mit denen der Patient in Berührung kommt oder die möglicherweise infiziert sind, sollten häufig gereinigt werden. Durch häufiges Reinigen dieser Oberflächen und häufiges Waschen der Hände wird auch das Kontaminationsrisiko minimiert. Um die Ausbreitung des Virus zu verhindern, ist es ausreichend, die Oberflächen (Tische, Türgriffe, Badezimmeroberflächen, Küchenarbeitsplatten, Spielzeug usw.) mit Reinigungsmitteln zu reinigen, die zur täglichen Reinigung und zum Bleichen verwendet werden.
- Bettwäsche, Handtücher und Tassen der Patienten müssen nicht separat gewaschen werden. Die Sachen des Patienten sollten jedoch nicht von anderen Personen verwendet werden, es sei denn, sie werden gewaschen.

Erkältungen und Grippe sollten nicht verwechselt werden. Konsultieren Sie wenn möglich einen Arzt.

Symptom	Erkältung / Schnupfen	Grippe
Hohes Fieber	Selten	38-39 °C
Kopfschmerzen	Selten	Häufig
Schmerzen	Wenig	Häufig
Müdigkeit	Leicht	2-3 Wochen
Verstopfte Nase	Häufig	Selten
Schnupfen	Häufig	Selten
Niesen	Häufig	Selten
Halsschmerzen	Häufig	Selten
Husten	Sehr selten	Häufig
Gefahr	Sinusitis und Mittelohrentzündung	Bronchitis, Lungenentzündung
Schutz	Räume lüften und häufig die Hände waschen	Impfung und antivirale Medikamente
Behandlung	Behandlung zur Linderung der Symptome	Wirksame medikamentöse Behandlung von Viren zur Linderung der Symptome (sollte am 1.-2. Tag beginnen)

