**P r e s s e i n f o r m a t i o n**

AHA+L – Das Plus an Schutz mit Lufthygiene von Kampmann

**Corona-Viren: mit der AHA+L-Formel sich und andere schützen**

* **Klimatechnik- und Lüftungsexperte veröffentlicht Serie von Informationstexten zum Thema „Reine Luft in Innenräumen“**
* **2. Teil: Die AHA+L-Formel**

Lingen, 16. Oktober 2020 – Aufklären und sensibilisieren – das ist das Ziel der Informationstexte, die der Klimatechnik- und Belüftungsexperte Kampmann in einer kleinen Serie zum Thema „Reine Luft in Innenräumen“ veröffentlicht. Im zweiten Teil steht dabei die sogenannte AHA-Formel im Fokus.

**Was ist die AHA+L-Formel?**

Die AHA+L-Formel bezeichnet die drei gängigen wichtigen Maßnahmen zum Schutz vor Ansteckung: **A**bstand, **H**ygiene und **A**lltagsmasken, zu denen entsprechend neuer Erkenntnisse die **L**ufthygiene hinzukommt.

**Welcher Abstand zwischen Personen ist nötig, um das Infektionsrisiko zu senken?**

Die Wahrscheinlichkeit, mit virushaltigen Tröpfchen in Kontakt zu kommen, ist insbesondere im Umkreis von ein bis zwei Metern um eine mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 infizierte Person erhöht. Deswegen trägt ein ausreichender Abstand dazu bei, sich und andere vor Ansteckung zu schützen. Empfohlen wird ein Mindestabstand von 1,5 Metern.

**Welche Hygieneregeln sollten beachtet werden?**

Eine wichtige Regel ist die „Hust-Nies-Etikette“: Nach Möglichkeit sollte immer in ein Papiertaschentuch gehustet bzw. geniest werden, das anschließend im Müll entsorgt wird. Ist kein Taschentuch griffbereit, hält man die Armbeuge vor Mund und Nase.

Außerdem schützt regelmäßiges und gründliches Händewaschen. Insbesondere in folgenden Situationen sollten die Hände gesäubert werden: beim Nachhausekommen, nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten, vor der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang sowie vor dem Anlegen und nach dem Ablegen einer Mund-Nasen-Bedeckung. Als „gründliches Händewaschen“ wird im Allgemeinen ein Vorgang in vier Schritten bezeichnet: 1. Die Hände unter fließendes Wasser halten. 2. Die Hände rundum einseifen. 3. Die Seife ca. 20 bis 30 Sekunden lang an allen Stellen sanft einreiben. 4. Die Hände abspülen und sorgfältig abtrocknen.

Um sogenannte Schmierinfektionen zu verhindern sollte man sich darüber hinaus nicht ins Gesicht fassen. Denn so können Krankheitserreger übertragen werden, die nach dem Kontakt mit Oberflächen und Gegenständen an den Händen haften. Deswegen verzichtet man derzeit auch auf das Händeschütteln zur Begrüßung oder Verabschiedung.

**Welchen Nutzen haben Masken?**

Mund-Nasen-Bedeckungen, umgangssprachlich auch (Alltags)Masken genannt, sind eine wichtige Ergänzung zu den Abstands- und Hygieneregeln. Nach Angaben des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) bieten Alltagsmasken zwar keine nachgewiesene Schutzwirkung gegen das Virus, dienen aber als Barriere für den Tröpfchenauswurf des Maskenträgers. Sie können damit Studien zufolge die Gefahr einer Übertragung zumindest ein Stück weit verringern. Daher werden Alltagsmasken insbesondere in Situationen empfohlen, in denen mehrere Menschen im öffentlichen Raum für längere Zeit zusammentreffen oder die Abstandsregeln nicht zuverlässig einhalten können. In bestimmten Bereichen, wie beispielsweise im öffentlichen Nahverkehr und beim Einkaufen, ist eine Mund-Nasen-Bedeckung Pflicht.

Alltagsmasken dürfen nicht mit Atemschutzmasken verwechselt werden, welche eine deutlich weitreichendere Wirkung haben. Atemschutzmasken schützen den Träger vor kleinsten Tröpfchen, sogenannten Aerosolen, Rauch und Feinstaub in der Luft. Wie viele Aerosole etc. von der Maske zurückgehalten werden, wird über die Schutzklasse definiert: FFP1, FFP2 und FFP3. Dabei steht FFP für "Filtering Face Piece". Zum Schutz vor dem SARS-CoV-2-Virus sind mindestens Masken der Klasse FFP2 notwendig, besser sind Masken der Klasse FFP3.

**Lufthygiene gegen Aerosole**

Um Aerosole zu beseitigen, sollten geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten ausgiebig gelüftet werden. So kann eine etwaige Virenlast in der Raumluft gesenkt werden. „Bei der Fensterlüftung ist das sogenannte Querlüften angeraten, mit weit geöffneten Fenstern und nach Möglichkeit auch offenen Türen“, erläutert Dennis Peters, Leiter Produktmanagement bei Kampmann. „Allerdings ist dafür ein gewisser Temperaturunterschied zwischen Außenluft und Raumluft notwendig, damit ein Durchzug entsteht. Im Winter ist das sicherlich kein Problem. Da ist höchstens der Komfortgedanke fraglich.“ Wenn ausreichendes Lüften nicht möglich ist, helfen Luftreiniger das Ansteckungsrisiko zu senken. Sie können bis zu 99,995 Prozent aller Viren und Keime aus der Luft filtern.

**Was ist beim Auf- und Absetzen bzw. Tragen von Masken zu beachten?**

Vor dem Anlegen der Mund-Nase-Bedeckung sollten die Hände gewaschen werden, und die Innenseite sollte beim Aufsetzen nicht berührt werden. Damit sie wirken kann, sollte die Maske eng anliegen und durchgehend Mund und Nase komplett bedecken. Wichtig ist zudem, dass die Maske sauber bleibt, deswegen sollte man während des Tragens nicht daran zupfen. Ist die Maske durchfeuchtet, muss sie gewechselt werden. Zum Abnehmen sollte man die Mund-Nase-Bedeckung an den seitlichen Schnüren oder Laschen greifen, ohne die Vorderseite zu berühren. Nach Gebrauch müssen Stoffmasken sofort gewaschen oder zumindest bis zum Waschen in einem luftdicht geschlossenen Behälter aufbewahrt werden. Wird die Maske am Hals oder am Arm getragen bzw. in einer Tasche aufbewahrt, ist sie nicht mehr hygienisch sauber. Noch ein Tipp für Brillenträger: Wenn die Mund-Nase-Bedeckung möglichst eng an Nase und Wangen anliegt, beschlagen die Brillengläser weniger schnell. Ideal ist daher eine Maske mit eingenähtem Draht, weil sie besser angepasst werden kann. Beim Anlegen sollte man darauf achten, dass der Stoff unter der Brille liegt. Zusätzlich kann man die Brille mit Putztüchern mit Anti-Beschlag-Wirkung oder einem Anti-Beschlag-Spray behandeln. Alternativ die Brille mit mildem Spülmittel ohne Alkohol einreiben, mit klarem Wasser abwaschen, an der Luft trocknen lassen und dann polieren. Wegen der Infektionsgefahr sollten die Brillengläser übrigens auf keinen Fall mit Speichel gesäubert werden*.*

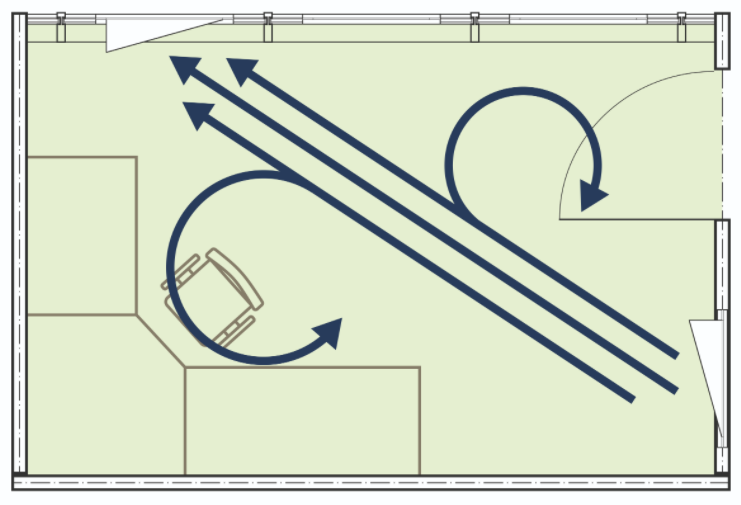
*(796 Wörter / 5.854 Zeichen)*

**Über Kampmann**

Die Kampmann GmbH & Co. KG ist ein renommierter Hersteller unter anderem für Lüftungstechnik und verfügt über fast 50 Jahre Erfahrung und Expertenwissen in der Branche. Im unternehmenseigenen Forschungs- und Entwicklungszentrum werden kontinuierlich innovative Lösungen, Technologien und Produkte entwickelt. Dazu gehört der neue Luftreiniger KA-520, der 99,995 Prozent der Viren aus der Raumluft filtert.



In die gängige AHA-Formel fügt sich die Lufthygiene ein, um auch der Infektion durch Aerosole vorzubeugen.



Das sogenannte Querlüften mit weit geöffneten, gegenüberliegenden Fenstern und Türen ermöglicht oftmals einen wirkungsvollen Austausch der Raumluft mit frischer Außenluft.

Quellenangabe: Kampmann GmbH & Co. KG

**Redaktionskontakt**

Kampmann GmbH & Co. KG

Niels Hackmann

Project Manager Customer Strategy

Telefon: +49 591 7108-605

E-Mail: niels.hackmann@kampmann.de

Schellhorn Public Relations GmbH

Monika Verspohl

Telefon: +49 2364 108199

Mobil: +49 173 4775076

E-Mail: monika.verspohl@schellhorn-pr.de