



Rahmenhygieneplan der Friedrich-Schiller-Universität vom 5. Mai 2022

Die nachfolgenden Ausführungen und Hinweise bilden den Rahmenhygieneplan der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Der Plan ersetzt nicht bereits bestehende spezielle gesetzlich vorgeschriebene Hygieneanforderungen, wie die Technischen Regeln für Biologische Arbeitsstoffe (100 - Schutzmaßnahmen für Tätigkeiten mit biologischen Arbeitsstoffen in Laboratorien; 500 - Grundlegende Maßnahmen bei Tätigkeiten mit Biologischen Arbeitsstoffen) oder die Technischen Regel für Gefahrstoffe (401 - Gefährdung durch Hautkontakt (Feuchtarbeiten); 406 - Sensibilisierende Stoffe für die Atemwege).

Das Arbeiten und Studieren in der Universität erfolgt unter Einhaltung der folgenden Hygieneregeln.

Hygienemaßnahmen

Maßnahmen bei Symptomen

Personen mit COVID-19-Symptomatik und respiratorischer Symptomatik, d. h. mit Zeichen einer Erkältung oder einer Grippe wird empfohlen, die Liegenschaften der Universität nicht zu betreten. Besteht der Verdacht auf eine SARS-CoV-2-Infektion, welcher sich insbesondere durch akuten Verlust von Geruchs- und Geschmackssinn, Fieber, Husten und Atemnot ergeben kann, sind die betroffenen Personen durch den Arbeitgeber/Vorgesetzten/Lehrenden aufzufordern, die Arbeitsstätte/Universität unverzüglich zu verlassen und sich gegebenenfalls in ärztliche Behandlung zu begeben. Den behördlichen Anweisungen ist Folge zu leisten.

Beschäftigte zeigen dies im Dezernat 5 – Personal unter https://www.uni-jena.de/kontaktformular_corona_sachverhalt oder dez5-corona@uni-jena.de bzw. bei allgemeinen Fragestellungen unter https://www.uni-jena.de/kontaktformular_corona_information an.

Physical Distancing

- Das RKI empfiehlt einen Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 m zu anderen Menschen.
- Vermeidung jeglichen Körperkontakts; Verzicht auf Händeschütteln sowie Umarmungen bei Begrüßungen oder Verabschiedungen
- Kein direktes Ansprechen des Gegenübers, sondern „aneinander vorbeireden“
- Wenn dies nicht möglich sein sollte, sollen nach jedem Körperkontakt die Hände gewaschen werden, insbesondere sollte vermieden werden, mit ungewaschenen Händen Augen, Nase oder Mund zu berühren!
- Meetings möglichst telefonisch oder über Videokonferenzen durchführen. Sollte dies nicht möglich sein, sind Treffen nur in gut belüfteten Räumen möglich. Treffen möglichst kurzhalten (der Faktor Zeit hat bei der Vermeidung einer Ansteckung hohe Relevanz) und auf den nötigen Sicherheitsabstand achten. Dabei ist ein medizinischer Mund-Nasen-Schutz (s. u.) zu tragen.
- Falls möglich, in getrennten Büros arbeiten oder Arbeitsplätze nutzen, die sich möglichst weit voneinander entfernt befinden (mind. 1,5 m).



Mund-Nasen-Schutz (MNS)

Es wird empfohlen einen medizinischen Mund-Nasen-Schutz (medizinischer MNS bzw. FFP2-Maske) in folgenden Situationen zu tragen:

- bei Unterschreitung des Mindestabstandes von 1,5 m
- generell auf allen öffentlich zugänglichen Flächen innerhalb der Universitätsgebäude (z. B. Flure, Sozialräume, Toiletten)

Beim Anziehen eines Mund-Nasen-Schutzes ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die Hände sollten vorher gründlich mit Wasser und Seife gewaschen werden.

Der Mund-Nasen-Schutz muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein (Nase und Mund vollständig bedecken) und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Entweichen von Luft an den Seiten zu minimieren.

Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob der Mund-Nasen-Schutz genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.

Ein durchfeuchteter Mund-Nasen-Schutz sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.

Die Außenseite des gebrauchten Mund-Nasen-Schutzes ist potentiell erregert. Um eine Kontaminierung der Hände zu verhindern, sollte diese möglichst nicht berührt werden.

Nach Absetzen des Mund-Nasen-Schutzes sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden (mindestens 20-30 Sekunden mit Seife).

Der Mund-Nasen-Schutz sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o. ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt werden. Die Aufbewahrung sollte nur über eine möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.

Lüften

Die Räume der Veranstaltungsstätte sind regelmäßig zu lüften (z. B. Stoßlüften; Lüftungsanlage). Die Lüftungsdauer ist vom Raumvolumen und der jeweiligen Fenstergröße abhängig. Als Faustregel für Büroräume gilt: stündlich über die gesamte Fensterfläche zwischen 3 Minuten (im Winter) und 10 Minuten (im Sommer) lüften; Besprechungs- und Seminarräume sowie Hörsäle ohne maschinelle Lüftung sollten alle 20 Minuten gelüftet werden. Zusätzlich soll nach jeder Lehrveranstaltung 15 Minuten lang gelüftet (spätestens jedoch alle 90 Minuten). Bei Nachfragen stehen die Beschäftigten der Stabsstelle Arbeitssicherheit beratend zu Seite. In der Heizperiode sind –wo möglich – während des Lüftens die Thermostate zurückzudrehen.

Hygiene am Arbeitsplatz/Veranstaltungsort

- Bei Benutzung gemeinschaftlich genutzter Objekte/Geräte (z. B. Mikroskop, Tastatur, Maus, etc.): Reinigung der Hände vorab und danach. Vor und nach Benutzung sind die Objekte/Geräte, wenn möglich, mit einem Desinfektionstuch abzuwischen.
- In Laboren: möglichst 1,5 m Abstand halten – weiterhin auf die Arbeitssicherheit achten und die vorgegebene Mindestanzahl an Mitarbeitern in Laboren mit Gefahrstoffen einhalten.
- Persönliche Utensilien, insbesondere Essgeschirr, Besteck u. ä., sollen nicht mit anderen geteilt werden.
- Mahlzeiten/Pausen möglichst mit Abstand zu anderen Personen einnehmen (z. B. im Büro)
- Auf Sauberkeit an gemeinsam genutzten Orten, z. B. in Teeküchen achten. Zum Putzen und Abwaschen sind idealerweise Einwegputzlappen zu nutzen. Regelmäßige Reinigung bzw. Desinfektion von Orten, die von vielen Personen genutzt werden, wie Türgriffe, Tasten in Fahrstühlen u. ä., und Betätigung dieser nach Möglichkeit mit dem Unterarm oder Ellenbogen.



Handschuhe (Einweghandschuhe)

Die Verwendung von medizinischen Einmalhandschuhen sollte nur für kurze Dauer erfolgen und nur wenn unbedingt notwendig. Die Tragezeit sollte zusammengerechnet nicht mehr als 2 Stunden am Tag betragen. Geht die Tragezeit darüber hinaus, können Schäden an der Haut auftreten. Eine geschädigte Haut lässt sich schlechter reinigen und bietet Keimen einen guten Nährboden.

Händewaschen

Die Universität folgt den Empfehlungen des Robert Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zur Händehygiene. Regelmäßiges gründliches Händewaschen – mindestens 20 Sekunden lang mit reichlich Seife – vor Dienstbeginn, -ende, nach jedem Toilettengang und bei Verunreinigung sowie vor und nach der Benutzung von Handschuhen ist unerlässlich.

Die Seifenspender in den Universitätsgebäuden werden regelmäßig neu bestückt. Sollten die Spender dennoch einmal leer sein, können Beschäftigte sich an den jeweiligen Hausmeister wenden.

Wann sollten Hände mindestens gewaschen werden?

- nach Betreten des Gebäudes bzw. beim Ankommen am Arbeitsplatz
- nach dem Besuch der Toilette
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- nach dem Kontakt mit Abfällen
- vor den Mahlzeiten bzw. vor und nach der Zubereitung von Speisen (z. B. in der Pause)
- vor dem Hantieren mit Medikamenten oder Kosmetika (z. B. Cremes, Lippenpflege etc.)
- vor und nach dem Körperkontakt mit Kolleginnen und Kollegen, falls dieser nicht vermeidbar ist

Wie wasche ich richtig?

- Die Hände unter fließendes Wasser halten. Die Wassertemperatur hat keinen Einfluss auf die Reduktion von Krankheitserregern.
- Die Hände gründlich für circa 20 bis 30 Sekunden einseifen (Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume, Daumen, Fingernägel). Wenn möglich, Flüssigseifen in ausreichender Menge nutzen.
- Hände unter fließendem Wasser abspülen. Zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder den Ellenbogen benutzen.
- Hände sorgfältig und idealerweise mit Einmalhandtüchern abtrocknen – dabei die Fingerzwischenräume nicht vergessen!

Hygiene beim Husten und Niesen

Wie schützt man Mitmenschen vor einer Ansteckung?

- Husten oder Niesen möglichst weit von anderen Personen entfernen und wegrehen.
- Nutzung von Einwegtaschentüchern. Dies nur einmal nutzen und anschließend entsorgen und Händewaschen.
- Ist kein Taschentuch griffbereit, Husten oder Niesen in die Armbeuge, nicht in die Hand!

Reinigungs- und Desinfektionsregime

Stark frequentierte Flächen und Räume (wie Toiletten und Flure) werden regelmäßig gereinigt.



Versorgung bzw. Bereitstellung von Produkten für die Händehygiene und/oder Mund-Nasen-Schutz

Die Möglichkeit der Händehygiene ist in allen Gebäuden der Universität gegeben. Händedesinfektion ist überall dort möglich, wo sie gesetzlich vorgeschrieben ist.