



Så tip en 13'er og vind 2 biografbilletter

		1	X	2
1	Hvor langt kan dråber fra nys flyve? → Nys i ærmet – det gør en kæmpe forskel	1 meter	2-3 meter	> 5 meter
2	Hvor mange liter luft indånder man ca. i døgnet (i hvile)? → Luft ud – det gør luften meget lækrere at indånde	5.000 liter	10.000 liter	15.000 liter
3	Hvor længe skal hænderne bearbejdes med sæbe, når man vasker hænder?	5 sekunder	15 sekunder	30 sekunder
4	Hvor længe skal hænder holdes fugtige og gnides med sprit for en effektiv hånddesinfektion?	5 sekunder	15 sekunder	30 sekunder
5	Hvor hurtigt kan 1 coli-bakterie (afføringsbakterie) formere sig til 1.000.000 bakterier? → Vask altid hænder med sæbe efter toiletbesøg – så flytter bakterierne ikke med.	7 timer	7 dage	7 uger
6	Hvor mange Roskildesyge-virus ("bræksyge") skal der til for at blive syg? → Vidste du, at der er op til 1.000.000.000 virus i 1 gram opkast/afføring ved Roskildesyge?	10-20	50-100	100-200
7	Hvilken håndhygiejne virker bedst ved Roskildesyge? → Vidste du, at Roskildesyge især smitter fra afføring til mund – fx via forurenede hænder? God håndhygiejne er den bedste måde at forebygge smitte.	Håndvask <u>uden</u> sæbe	Håndvask <u>med</u> sæbe	Håndsprit
8	Hvor længe kan Roskildesyge-virus leve på overflader? → Rengør kontaktpunkter ofte - fx toiletknap, armatur, håndtag	14 timer	14 dage	14 uger
9	Hvordan forebygger man bedst smitte med influenza?	Vask hænder Host og nys i ærmet Luft ud Rengør kontaktpunkter Hold afstand til syge	Masser af tætte kram og en god kop te	En daglig morgenløbetur i 14 dage
10	Hvilke indgangsveje benytter influenzavirus? → Overvej hvor dine hænder har været sidst, inden du rører dine øjne eller klør/piller dig i næsen – man rører sig i ansigtet gennemsnitligt op til 25 gange i timen	Hoveddøren	Mund samt slimhinder i øjne og næse	Indfaldsvejene til Randers Kommune
11	Hvad er en "gul stafylo-kok"?	En særlig ærestitel i Masterchef	En bakterie, der kan give børnesår og bylder	En ny flot gul maling netop lanceret af Flügger
12	Hvor mange danskere går rund med gule stafylokokker på huden/i næsen? → Mange er raske smittebærere og bliver først selv syge af bakterien, hvis immunforsvaret svækkes eller der kommer skader i huden. Raske smittebærere kan give bakterien videre til andre.	Ca. 1%	Ca. 15%	Ca. 30%
13	Hvordan forebygger man bedst smitte med gule stafylokokker og samtidig bevarer et sundt socialt liv? → Vidste du, at nogle gule stafylokokker er meget svære at behandle med antibiotika (=resistens)? De kaldes MRSA.	God håndhygiejne	Selvisolation med udgang om natten, når andre sover	Bær hvidløgssranker om halsen

Navn: _____

Mail: _____

Arbejdsplads: _____

Send kuponen ind til Hygiejneevents@randers.dk

Der trækkes lod om 5x2 biografbilletter blandt rigtige svar

Vinderen får direkte besked. God fornøjelse ☺ - Hygiejneorganisationen