

## Hinweisblatt

An Personen, die an COVID-19 erkrankt sind oder engere Kontaktperson von einem bestätigten COVID-19-Fall sind und sich in häuslicher Isolation befinden:

Verlassen Sie bitte Ihre Wohnung nur nach Rücksprache mit dem Gesundheitsamt. Empfangen Sie keinen Besuch von Personen, die nicht Ihrem Haushalt angehören.

Weitere Hinweise:

1. Erkrankte Personen sollen sich nach Möglichkeit in einem gut belüfteten Einzelzimmer und nicht in gemeinschaftlich genutzten Räumen aufhalten.
2. Minimieren Sie Kontakte zu anderen Haushaltsmitgliedern, insbesondere wenn diese immunsupprimiert, chronisch krank oder älter sind. Falls dies nicht möglich ist, halten Sie einen Mindestabstand von 1 m – 2 m ein. In Ihrem Haushalt sollen Sie nach Möglichkeit eine zeitliche (z.B. Mahlzeiten nicht gemeinsam, sondern nacheinander einnehmen) und räumliche Trennung (Aufenthalt in getrennten Räumen) von den anderen Haushaltsmitgliedern einhalten.
3. Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand zu anderen und drehen Sie sich weg; husten und niesen Sie in die Armbeuge oder in Einwegtaschentücher.
4. Taschentücher und andere Abfälle, die von erkrankten Personen anfallen, sollten vor der Entsorgung mit dem Hausmüll in einem verschließbaren Behälter mit innenliegendem Müllbeutel aufbewahrt werden. Hinweise zu der Müllentsorgung finden Sie in den Informationen der Abfallwirtschaft.
5. Waschen Sie sich regelmäßig die Hände gründlich mit Wasser und Seife, insbesondere vor und nach der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang, nach Niesen und Husten, sowie nach Nutzung von Taschentüchern und vermeiden Sie das Berühren von Augen, Nase und Mund.
6. Trocknen Sie ihre Hände mit sauberen Einweg-Papiertüchern oder mit personenbezogenen Handtüchern und tauschen Sie diese aus, wenn sie feucht sind. Sie sollten bei mind. 60 Grad, besser aber per Kochwäsche, gewaschen werden.
7. Sollten sich bei Erkrankten die Symptome soweit verschlimmern, dass Sie ärztliche Hilfe benötigen, und ggf. eine stationäre Krankenhausbehandlung eingeleitet werden muss, wenden Sie sich bitte an die Hausarztpraxis oder den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst (Tel. 116117). Informieren Sie bitte vorab das medizinische Personal, dass Sie mit dem neuartigen Coronavirus (SARS-CoV-2) infiziert sind.
8. Sollten sich bei Kontaktpersonen Symptome wie Fieber, Muskelschmerzen, Husten, Halskratzen oder Durchfall entwickeln, vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit Ihrem Hausarzt oder den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst (Tel. 116117) und informieren Sie ihn, dass sie Kontaktperson von einer an COVID-19-erkrankten Person sind.
9. Ende der häuslichen Isolierung:  
Frühestens 10 Tage nach Symptombeginn und  
Symptomfreiheit seit mindestens 48 Stunden bezogen auf die akute COVID-19-Erkrankung (nach Rücksprache mit der ärztlichen Betreuung).

Siehe auch unter <https://www.rki.de>, <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

Ihr Gesundheitsamt

Stand: August 2020