

COVID-19: Häusliche Quarantäne

Liebe Patientin, lieber Patient,

das neue Coronavirus löst eine Erkrankung namens COVID-19 aus. In der Regel verläuft die Erkrankung so harmlos wie eine „normale“ Erkältungskrankheit oder sogar ohne Symptome. In einigen Fällen kann es bei erkrankten Patienten jedoch auch zu schweren Krankheitsverläufen kommen, insbesondere ältere Menschen und Patienten mit Vorerkrankungen tragen ein höheres Risiko. Damit die Ausbreitung der Erkrankung verlangsamt wird, **müssen sich Erkrankte und Kontaktpersonen mit Verdacht auf eine SARS-CoV-2-Infektion in häusliche Quarantäne begeben.**

Eine Person, die sich in Quarantäne befindet, muss jeden Kontakt zu anderen Personen vermeiden oder so weit wie möglich reduzieren. Die Quarantäne wird von der zuständigen Behörde, in der Regel vom Gesundheitsamt, angeordnet.



WANN müssen Sie in Quarantäne?

Sie **MÜSSEN** in Quarantäne, wenn Sie

- SARS-CoV-2-infiziert sind (asymptomatisch oder symptomatisch)
- innerhalb der letzten zwei Wochen einen engen Kontakt zu einem Erkrankten mit einer laborbestätigten COVID-19-Diagnose hatten. Ein wirklich enger Kontakt bedeutet, dass man mindestens 15 Minuten mit dem Erkrankten gesprochen hat bzw. angehustet oder angeniest wurde, während dieser ansteckend gewesen ist.
- innerhalb der letzten zwei Wochen in einem besonders betroffenen Gebiet in Deutschland oder in einem internationalen Risikogebiet waren.

Sie müssen **NICHT** in Quarantäne, wenn Sie

- innerhalb der letzten zwei Wochen im gleichen Raum mit einem Erkrankten mit einer COVID-19-Diagnose waren, ohne einen engen Kontakt gehabt zu haben.
- Kontakt zu einer Person in der Familie, im Freundes- oder Bekanntenkreis hatten, die wiederum Kontakt zu einem laborbestätigten COVID-19-Patienten hatte, aber völlig gesund ist. In diesem Fall ist man keine Kontaktperson, hat kein erhöhtes Risiko für eine COVID-19-Erkrankung und kann auch niemanden anstecken.

WAS müssen Sie bei der Quarantäne beachten?

- Bleiben Sie bitte zu Hause.
- Bitten Sie Freunde, Familie oder Nachbarn, für Sie einzukaufen oder Erledigungen für Sie zu übernehmen. Halten Sie bei kurzen persönlichen Treffen (z. B. der Übergabe der Einkäufe) einen Abstand von 1-2 m und geben Sie sich nicht die Hand.



Wenn Sie mit anderen Personen den Haushalt teilen: Wie können Sie die Ansteckung dieser Personen verhindern?

- Waschen Sie sich regelmäßig und ausreichend lange die Hände (mindestens 20 Sekunden unter laufendem Wasser mit Seife). Dies gilt für Sie als Erkrankten wie auch für alle Personen im Haushalt.
- Husten und niesen Sie in ein Einwegtaschentuch oder in die Armbeuge.
- Halten Sie die Hände vom Gesicht fern, insbesondere von Mund, Nase und Augen.
- Lüften Sie regelmäßig alle Wohn- und Schlafräume.
- Teilen Sie miteinander kein benutztes Geschirr oder Besteck.
- Benutzen Sie nach Möglichkeit ein eigenes Badezimmer.
- Waschen Sie Ihre Wäsche gründlich und teilen Sie keine Hygieneartikel miteinander.
- Reinigen Sie Tisch und Türklinken regelmäßig mit Haushaltsreiniger.



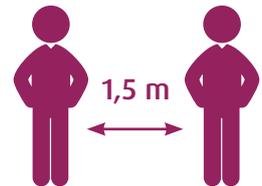
Husten und niesen Sie in ein Einwegtaschentuch oder in die Armbeuge.



Entsorgen Sie das Taschentuch in einem Mülleimer mit Deckel.



Waschen Sie die Hände lange und regelmäßig mit Seife.



Meiden Sie engen Kontakt. Halten Sie Abstand.

Die Dauer der Quarantäne richtet sich nach den aktuellen Vorgaben des RKI und beträgt in der Regel 14 Tage. Die Quarantäne endet nicht automatisch, sondern erst wenn sie durch das zuständige Gesundheitsamt aufgehoben wurde.