



Hinweisblatt – COVID-19 Erkrankte

Bei Ihnen wurde eine COVID-19-Erkrankung diagnostiziert. Deshalb wurde für Sie eine häusliche Isolierung angeordnet.

Bei einer **Verschlechterung Ihres Zustandes** informieren Sie bitte umgehend Ihre/n Hausarzt/Hausärztin.

Angehörige, die mit Ihnen im Haushalt leben und während der Isolierung vor Ort bleiben, sollten bei guter Gesundheit und ohne Vorerkrankungen sein.

Personen mit Risikofaktoren sollten nach Möglichkeit nicht mit Ihnen im gleichen Haushalt untergebracht sein:

- Personen mit abgeschwächtem Immunsystem,
- mit chronischen Grunderkrankungen (z.B. Diabetes mellitus, Lungenerkrankungen)
- oder ältere Menschen

Kontakt zu Angehörigen Ihres Haushalts

So wenig wie möglich

- ▶ Sie sollten möglichst nur zu den Haushaltsangehörigen Kontakt haben, die Sie zur Unterstützung benötigen.
- ▶ Bei Kontakt sollten Sie und Ihre Angehörigen mind. 1,5 m Abstand halten und nach Möglichkeit Mund-Nasen-Schutz tragen.
- ▶ Alle anderen Personen sollten sich falls möglich in einem anderen Raum wie Sie aufhalten.

Kontakt zu Personen außerhalb Ihres Haushalts

- ▶ Kein persönlicher Kontakt mit z.B. Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden, Bekannten unterbleiben.
- ▶ Lassen Sie Lieferungen vor dem Haus-/oder Wohnungseingang ablegen.
- ▶ Bei unvermeidbaren Kontakten müssen Sie einen Mund-Nasen-Schutz tragen und größtmöglichen Abstand zu diesen Personen halten.
- ▶ Händeschütteln muss unterbleiben.

Unterbringung in der Wohnung

- ▶ Sie sollten möglichst getrennt von anderen Personen in einem Einzelzimmer untergebracht sein.
- ▶ Sorgen Sie für ein regelmäßiges Lüften aller Räume.
- ▶ Nutzen Sie Küche, Flur, Bad und weitere Gemeinschaftsräume nicht häufiger, als unbedingt nötig.
- ▶ Nehmen Sie und Ihre Angehörigen Ihre Mahlzeiten möglichst räumlich getrennt oder zeitlich versetzt voneinander ein.

Husten und Niesregeln

- ▶ Halten Sie größtmöglichen Abstand zu anderen Personen (mindestens 1,5 m).
- ▶ Drehen Sie sich beim Husten und Niesen weg.
- ▶ Husten und niesen Sie zum Schutz anderer in die Armbeuge oder in ein Einweg-Taschentuch und entsorgen Sie dieses umgehend in einem mit Deckel verschließbaren Mülleimer mit innenliegendem Müllbeutel.

Regeln der Händehygiene beachten

- ▶ Waschen Sie regelmäßig und gründlich für 20 bis 30 Sekunden Ihre Hände mit Wasser und Seife, insbesondere
 - immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind
 - nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten. Krankheitserreger können dadurch nahezu vollständig entfernt werden.
 - vor und nach jedem Kontakt zu anderen Personen
 - vor der Zubereitung von Speisen
 - vor dem Essen
 - nach dem Toilettengang
- ▶ eine Händedesinfektion ist im privaten Umfeld nicht zwingend erforderlich. Das oben beschriebene Waschen der Hände mit Seife ist ausreichend.
- ▶ Benutzen Sie am besten Handtücher aus Einwegmaterial. Tauschen Sie Stoffhandtücher aus, sobald sie feucht sind.
- ▶ Beachten Sie, dass jede Person des Haushalts ausschließlich ihr persönliches Handtuch benutzt.

Reinigung

- ▶ Im privaten Bereich ist die Reinigung mit einem haushaltsüblichen Reinigungsmittel ausreichend.
- ▶ Reinigen Sie damit häufig berührte Oberflächen (Türgriffe, Nachttische, Bettrahmen, Smartphones, Tablets, etc.) mindestens **einmal täglich**.
- ▶ Reinigen Sie Bad- und Toilettenoberflächen, insbesondere Toilettenbrille, Spülknopf und Waschbeckenarmaturen **mindestens einmal täglich**.

Wäsche

- ▶ Wäsche der erkrankten Person bei mindestens 60°C waschen!
- ▶ Sammeln Sie Wäsche der erkrankten Person im separaten Wäschesack.
- ▶ Die Wäsche nicht schütteln. Direkten Kontakt von Haut und Kleidung mit den kontaminierten Materialien vermeiden.
- ▶ Ausreichend ist ein herkömmliches Vollwaschmittel. Achten Sie auf eine gründliche Trocknung.

Abfallentsorgung

- ▶ Der Müllsack mit Abfällen, die von Erkrankten erzeugt wurden – Taschentücher u. a. – ist im Krankenzimmer, in einem verschließbaren Behälter aufzubewahren.
- ▶ Entsorgen Sie den verschnürten Müllsack im Restmüll.

Haushaltsangehörige

Alle Haushaltsangehörigen von COVID-19 Erkrankten gelten als Kontaktpersonen der Kategorie I und dürfen ebenfalls keinen Kontakt nach außen pflegen.

- ▶ Haushaltsangehörige müssen sich selbst hinsichtlich Krankheitssymptomen beobachten.
- ▶ Bei auftretenden Beschwerden, die auf eine SARS-CoV-2-Infektion hindeuten könnten (Fieber, Husten, Atemnot, Geschmacksverlust etc.), gelten sie als **krankheits- und ansteckungsverdächtig**. In diesem Falle sollte umgehend eine weitere diagnostische Abklärung durch einen Arzt erfolgen.

Ihr Gesundheitsamt