

Hinweise für Personen, bei denen SARS-CoV-2 nachgewiesen wurde

Ist bei Ihnen eine Infektion mit dem Corona-Virus SARS-CoV-2 durch positiven Befund nachgewiesen, haben Sie sich unverzüglich in häusliche Quarantäne zu begeben. Das bedeutet, dass Sie Ihre Wohnung bzw. Ihren Haushalt nicht ohne Zustimmung des Gesundheitsamtes verlassen und keinen Besuch empfangen dürfen. Der Kontakt zu Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern ist auf das Notwendigste zu beschränken.

Bitte überlegen Sie mit wem Sie **ab dem zweiten Tag**

- vor Auftreten erster Symptome oder
- vor dem Test bei positivem Testergebnis ohne Symptome
 - a) für mindestens 15 Minuten direkten „face to face“ Kontakt im Abstand von weniger als 1,5 Metern ohne Mund-Nasen-Schutz hatten,
 - b) sich länger als 30 Minuten bei geschlossenen Fenstern und ohne Mund-Nasen-Schutz gemeinsam in einem Raum aufgehalten haben, oder
 - c) einen direkten Kontakt zu Sekreten oder Körperflüssigkeiten z.B. durch Küssen oder Mund-zu-Mund Beatmung hatten.

Informieren Sie diese Personen über ihr positives Testergebnis und erstellen Sie eine Kontaktliste unter Verwendung des unter www.landkreis-wesermarsch.de zum Download bereitstehenden Musters.

Für Sie gelten Fall die folgenden vom Robert-Koch-Institut empfohlenen Verhaltensregeln:

a) Unterbringung und Kontakte

- Als Person mit bestätigter COVID-19 Infektion sollten Sie alleine in einem gut belüftbaren Einzelzimmer untergebracht sein.
- Die Anzahl der Kontakte zu anderen Personen ist auf das absolute Minimum zu beschränken, d.h. auf Haushaltsangehörige, deren Unterbringung nicht anderweitig möglich ist oder die Sie zu Ihrer Unterstützung benötigen. Kontakte zu Personen mit eigenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen und/oder Vorerkrankungen sowie Personen mit Risikofaktoren für Komplikationen (z.B. Immunsuppression, relevante chronische Grunderkrankungen, hohes Alter) sind zu deren eigenem Schutz nach Möglichkeit zu vermeiden, auch wenn diese zu Ihrem Haushalt gehören.
- Während der häuslichen Quarantäne sollten Sie sich getrennt von Ihren Haushaltsangehörigen möglichst jeweils in anderen Räumen aufhalten. Falls dies nicht möglich ist, wird zumindest aber die Einhaltung eines Abstands von mindestens 1,5 Metern empfohlen. Gegebenenfalls sind Mund-Nasen-Bedeckungen zu tragen. Auch bei der Einnahme von Mahlzeiten sollte eine zeitliche oder räumliche Trennung von den übrigen Haushaltsangehörigen eingehalten werden.

- Räume, die von mehreren Personen genutzt werden (z. B. Küche, Bad) sind regelmäßig gut zu lüften, auch, wenn die Nutzung zeitlich versetzt erfolgt.
- Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts sollten unterbleiben, z.B. zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden, Bekannten. Lassen Sie Lieferungen vor dem Haus- oder Wohnungseingang ablegen, tragen Sie einen MundNasen-Schutz und halten Sie größtmöglichen Abstand zu diesen Personen.

b) Hygienemaßnahmen

Wie bei Influenza und anderen akuten Atemwegsinfektionen schützen Husten- und Nies-Etikette, eine ausgiebige Handhygiene sowie ein ausreichender Abstand zu anderen Personen (mindestens 1,5 Meter) auch vor einer Übertragung des neuartigen Coronavirus.

- Ein ganz wichtiger Punkt zur Vermeidung einer Weitergabe des Corona-Virus SARS-CoV-19 ist eine gute Handhygiene. Deshalb wird dringend empfohlen, vor jedem Kontakt zu anderen Personen sowie z.B. vor dem Zubereiten von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang und immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind, die Hände ausgiebig mit Wasser und Seife zu waschen.
- Zum Abtrocknen der Hände sind Einweg-Papiertücher das Mittel der Wahl. Sind diese nicht verfügbar, sollten Handtücher nur von jeweils einer Person benutzt und entsprechend häufig gewechselt werden.
- Wenn die Hände nicht sichtbar verschmutzt sind, kann alternativ zum Händewaschen mit Wasser und Seife auch ein hautverträgliches Handdesinfektionsmittel auf Alkoholbasis verwendet werden. Empfohlen werden Desinfektionsmittel mit der Bezeichnung "begrenzt viruzid", "begrenzt viruzid Plus" oder "viruzid". Achten Sie auf die Sicherheitshinweise der Desinfektionsmittel.
- Husten- und Nies-Etikette sollte von jedermann, insbesondere aber von Personen mit bestätigter COVID-19 Infektion, praktiziert werden. Sie umfasst das Abdecken von Mund und Nase während des Hustens oder Niesens mit einem Taschentuch oder dem gebeugten Ellbogen unter Abwenden von anderen Personen.
- Grundsätzlich sollten Sie Oberflächen, die sie häufig berühren wie zum Beispiel Bad- und Toilettenoberflächen, täglich mit einem wirksamen Flächendesinfektionsmittel reinigen und desinfizieren. Empfohlen werden Desinfektionsmittel mit der Bezeichnung "begrenzt viruzid", "begrenzt viruzid Plus" oder "viruzid".

Landkreis Wesermarsch
 Gesundheitsamt
 Rönnelstraße 10, 26919 Brake
 Tel. 04401/927-511
 E-Mail: gesundheitsamt@lkbra.de

Stand: Dezember 2020