



LANDKREIS
GÖPPINGEN

Empfehlungen zur Umsetzung einer quarantäneähnlichen Maßnahme

**Sie sind Kontaktperson eines Coronavirus-
Infizierten.**

**Aus diesem Grund werden bei Ihnen
quarantäneähnliche Maßnahmen vom Gesund-
heitsamt empfohlen. Hierdurch soll eine Weiter-
verbreitung der Krankheit verhindert werden.
Eine behördliche Anordnung erfolgt nicht.**

In diesem Faltblatt finden Sie Hinweise, welche
Maßnahmen Sie ergreifen und wie Sie sich verhalten
sollen. Sie erfahren, wie Sie ihre Familie oder weitere
Kontaktpersonen schützen können. Beachten Sie,
dass besonders ältere und vorerkrankte Personen
gefährdet sind.

Bitte beachten Sie diese Verhaltensregeln!
Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Ge-
sundheitsamt

Weitere Informationen

Weitere Informationen zu der Coronavirus-Erkrankung
(COVID-19) finden Sie auf den Internetseiten des
Robert-Koch-Instituts unter **www.rki.de**
[https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ
_Liste.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html)

Oder auf den Seiten der Bundeszentrale für gesund-
heitliche Aufklärung BzgA unter
www.infektionsschutz.de
[https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-
ncov.html](https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-ncov.html)

**Sollten Sie einen Arzt benötigen, wenden Sie sich
unter Angabe („Kontaktperson Kategorie II“)
telefonisch an Ihren Hausarzt, außerhalb der
Sprechzeiten an die kassenärztliche Notfallnum-
mer 116117 oder die nächstgelegene Klinik.**



**Suchen Sie keinen Arzt oder das
Krankenhaus auf ohne vorherige
telefonische Rücksprache!!!**

**Kontaktnummer für Gesundheitsüberwachung
(nur Meldung von Krankheitssymptomen)
Telefon 07161 / 202-5312
(Mo-Fr 8-16 Uhr, Sa u. So 9-12 Uhr)**

**Verhaltensempfehlungen
Für Kontaktpersonen
Kategorie II (COVID-19)**

Stand: Juni 2020
Bild: Margot Kessler_pixelio

Landratsamt Göppingen Telefon 07161 202-5370
Gesundheitsamt Telefax 07161 202-5390
Wilhelm-Busch-Weg 1 E-Mail gesundheitsamt@lkgp.de
73033 Göppingen www.landkreis-goeppingen.de

Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt

Quarantäneähnliche Maßnahmen

Beachten Sie folgende Empfehlungen:

- Räumliche Trennung der Kontaktperson von anderen Haushaltsmitgliedern.
- Falls Räume zusammen genutzt werden müssen, strenge Hygiene einhalten. Regelmäßiges Waschen der Hände mit Seife oder Benutzung eines Händedesinfektionsmittels („begrenzt viruzid“ oder „viruzid“). Mund-Nasen-Schutz verwenden.
- Häufiges gründliches Reinigen der berührten Flächen und Gegenstände, (z.B. Türklinken, Telefon, Tisch, Küchenarbeitsplatte, WC etc.) mit einem geeigneten Desinfektionsmittel oder tensidhaltigem Reinigungsmittel.
- Vermeidung/Unterlassung von Kontakten zu den Mitbewohnern und anderen Personen, insbesondere keine engen Kontakte (Küssen, Umarmen, Händeschütteln, etc.)
- Bei unvermeidlichen Kontakten zu anderen Personen 2 m Abstand halten und Mund-Nasen-Schutz verwenden.
- Die häusliche Absonderung wird für 14 Tage nach dem letzten Kontakt zum Erkrankten empfohlen.
- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber telefonisch darüber, dass Sie Kontaktperson Kat.II sind.
Sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber, ob eine Freistellung oder Arbeit im Homeoffice erfolgen kann. Benützen Sie möglichst keine öffentlichen Verkehrsmittel.

Hygieneregeln

Halten Sie unbedingt die folgenden Hygieneregeln ein:

Händehygiene

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife, vor allem nach dem Toilettengang, nach Husten oder Niesen und vor dem Essen. Benützen Sie ein „begrenzt viruzides“ oder „viruzides“ Händedesinfektionsmittel.

Husten und Niesen

Husten oder niesen Sie niemals „in die Luft“ oder in die Handfläche. Benützen Sie die Ellenbeuge oder ein Papiertaschentuch. Entsorgen Sie Papiertaschentücher nach jeder Benutzung. Waschen oder desinfizieren Sie anschließend die Hände.

Flächenreinigung

Reinigen Sie Oberflächen und Türklinken mit einem Flächendesinfektionsmittel oder einem tensidhaltigen Reinigungsmittel.

Abstand halten!

Halten Sie 2 m Abstand zu anderen Personen, dies ist der beste Schutz vor Ansteckung!

Schütteln Sie keine Hände, umarmen und küssen Sie sich nicht! Tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.

Sonstige Hinweise:

Wechseln Sie häufig Handtücher und Lappen. Waschen Sie die Wäsche mit mindestens 60 °C, besser 90 °C. Lüften Sie regelmäßig alle Räume. Reinigen Sie benutztes Geschirr bei mindestens 60°C in der Spülmaschine.

Gesundheitsüberwachung

Gesundheitsüberwachung – was heißt das?

Prüfen Sie dazu 14 Tage lang nach dem letzten Kontakt jeden Tag Ihren Gesundheitszustand (inkl. 2x täglich Fieber messen)!

Melden Sie sich beim Gesundheitsamt, wenn eins der folgenden Krankheitszeichen auftritt:

- Husten
- Schnupfen, Geruchs- und Geschmacksverlust
- Halsschmerzen
- Atembeschwerden
- Heiserkeit
- Kopfschmerzen
- Bauchschmerzen, Durchfall, Erbrechen
- Glieder- oder Muskelschmerzen
- Abgeschlagenheit/Krankheitsgefühl
- Fieber/erhöhte Temperatur
- Schwitzen, Schüttelfrost

Meldung von Krankheitssymptomen:

Sie erreichen das **Gesundheitsamt** unter der Telefonnummer 07161 / 202-5312.

Für die **ärztliche Behandlung und Testung** auf COVID-19 ist der Hausarzt bzw. ärztliche Notdienst (Tel. 116117) zuständig.

Bei schwerwiegenden Symptomen melden Sie sich bitte unter Hinweis „Kontaktperson“ bei der Rettungsleitstelle Tel. 19222.