

Informationen zur häuslichen Quarantäne

Verhaltensregeln und Hygienemaßnahmen

Sie sind Kontaktperson eines Coronavirus-Infizierten.

Aus diesem Grund wurde bei Ihnen eine häusliche Absonderung (Quarantäne) vom Gesundheitsamt angeordnet.

In diesem Faltblatt finden Sie Hinweise, welche Maßnahmen Sie ergreifen und wie Sie sich verhalten müssen. 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 zuverlässig! Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Gesundheitsamt

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

Oder auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BzgA unter **www.infektionsschutz.de**
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-ncov.html>

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



LANDKREIS
GÖPPINGEN

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

**Kontaktnummer für Gesundheitsüberwachung
(nur Meldung von Krankheitssymptomen)
Mo – So: 07161 / 202-5312 (8-16 Uhr)**

**Häusliche Quarantäne
Für Kontaktpersonen
Kategorie I (COVID-19)**

Stand: März 2020

Bild: Margot Kessler_pixelio

**Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt**
Wilhelm-Busch-Weg 1
73033 Göppingen

Telefon 07161 202-5370
Telefax 07161 202-5390
E-Mail gesundheitsamt@lkgp.de
www.landkreis-goeppingen.de

Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt

Absonderung/Quarantäne

Wurde für Sie eine häusliche Quarantäne angeordnet, beachten Sie folgende Regeln:

- Strikte räumliche Trennung der Kontaktperson von anderen Haushaltsmitgliedern.
- Aufenthalt (insbesondere Schlafen) in getrennten Bereichen/Zimmern, wo möglich Nutzung unterschiedlicher Bäder/WCs.
- Falls Räume zusammen genutzt werden müssen, strenge Hygiene einhalten. Die Kontaktperson desinfiziert vor Verlassen des Absonderungsbereichs/Zimmers gründlich die Hände mit einem Händedesinfektionsmittel („begrenzt viruzid“ oder „viruzid“).
- Anschließend gründliches Reinigen der berührten Flächen und Gegenstände, (z.B. Türklinken, Telefon, Tisch, Küchenarbeitsplatte, WC etc.) mit einem geeigneten Desinfektionsmittel oder Chlorreinigerlösung
- Vermeidung/Unterlassung von Kontakten zu den Mitbewohnern, insbesondere keine engen Kontakte (Küssen, Umarmen, Händeschütteln, etc.)
- **Es sind keine Besuche von anderen Personen gestattet!**
- **Sie dürfen das Haus/die Wohnung nicht verlassen, auch nicht für wenige Minuten.**
- Ausnahmen hiervon nur nach Gestattung durch das Gesundheitsamt.
- Über die Dauer der Quarantäne informiert Sie das Gesundheitsamt.

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 in einen Abfalleimer mit Plastiktüte und Deckel im Isolierzimmer. Waschen oder desinfizieren Sie anschließend immer die Hände.

Flächenreinigung

Sie können Oberflächen und Türklinken mit einem Flächendesinfektionsmittel mit 70 % Alkohol oder einer Lösung aus 1 l Wasser und 20 ml Chlorreiniger desinfizieren/reinigen.

Beachten Sie die Produkthinweise.

Abstand halten!

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

Schütteln Sie keine Hände, umarmen und küssen Sie sich nicht!

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?

Das Gesundheitsamt überwacht in der Quarantänezeit Ihren Gesundheitszustand. Dies ist in der Regel 14 Tage. Bei Symptomen melden Sie sich bitte unter der **Kontaktnummer für Gesundheitsüberwachung (nur Meldung von Krankheitssymptomen) Mo – So: 07161 / 202-5312 (8-16 Uhr)**

Melden Sie sich, wenn eins der folgenden Krankheitszeichen auftritt:

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

Außerhalb der Dienstzeiten melden Sie sich bitte bei **schwerwiegenden Symptomen unter Hinweis auf die Quarantänemaßnahme bei der Rettungsleitstelle Tel. 19222.**

Bei weiteren Fragen:

Sie erreichen das Gesundheitsamt unter der Telefonnummer 07161 / 202-5380 (Mo-So: 8-16 Uhr).