



COVID-19: Bin ich betroffen und was ist zu tun?

Orientierungshilfe für Bürgerinnen und Bürger

Sie haben eines oder mehrere dieser Erkrankungssymptome?

Fieber > 38°C, Husten, Kurzatmigkeit, Geruchs- oder Geschmacksverlust, Schnupfen, Halsschmerzen, Gliederschmerzen, Abgeschlagenheit, Kopfschmerzen



Schritt 1: Beachten Sie diese wichtigen Grundregeln!

Bleiben Sie zu Hause.



Achten Sie auf Händehygiene sowie die Husten- und Niesregeln.



Reduzieren Sie direkte Kontakte, besonders zu Risikogruppen.



Schritt 2: Lassen Sie sich telefonisch beraten!

- ▶ Tel. 116117 oder lokale Corona-Hotlines
- ▶ Hausarzt/-ärztin oder anderer behandelnder Arzt/Ärztin
- ▶ Fieber-Ambulanzen
- ▶ Weisen Sie darauf hin, wenn Sie Teil einer Risikogruppe sind.
- ▶ Wenn Sie nicht durchkommen, versuchen Sie es erneut!
- ▶ Bei akuter Atemnot rufen Sie den Notarzt: Tel. 112!



Risikogruppen sind insbesondere:

- ▶ Ältere Personen (inkl. Bewohner von Altenpflegeheimen, ambulant Pflegebedürftige)
- ▶ Personen mit Vorerkrankungen (z.B. Herz-Kreislauf-, Lungen-, Krebserkrankung, Diabetes)
- ▶ Personen mit geschwächtem Immunsystem (z. B. durch Einnahme immunsupprimierender Medikamente)



Schritt 3: Folgen Sie den ärztlichen Anweisungen!

- ▶ Arzt/Ärztin beurteilt den Schweregrad Ihrer Erkrankung und veranlasst dementsprechend Ihre ambulante oder stationäre Behandlung. Falls notwendig erhalten Sie eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung.
- ▶ Auf Basis der ärztlichen Beurteilung Ihrer Situation erfolgt ggf. ein Labortest auf das Virus SARS-COV-2 und das zuständige Gesundheitsamt wird informiert.



Schritt 4: Bei erfolgtem ambulanten Test warten Sie das Ergebnis ab!

- ▶ Beachten Sie in der Wartezeit weiterhin die wichtigen Grundregeln (siehe Schritt 1) und die Empfehlungen Ihres Arztes/Ärztin.

Positives SARS-COV-2 Testergebnis

- ▶ Reduzieren Sie die Anzahl Haushaltsangehöriger und Kontakte zu diesen auf das absolute Minimum.
- ▶ Haushaltsangehörige sollten nach Möglichkeit keiner Risikogruppe angehören.
- ▶ Bleiben Sie alleine in einem gut belüftbaren Einzelzimmer.
- ▶ Nehmen Sie Ihre Mahlzeiten möglichst zeitlich und räumlich getrennt von anderen ein.
- ▶ Nutzen Sie Gemeinschaftsräume (z. B. Küche, Flur, Bad) nicht häufiger als unbedingt nötig.
- ▶ Bei unvermeidbarem Aufenthalt in demselben Raum sollten Sie und Ihre Haushaltsangehörigen
 - ▶ einen Abstand von >1,5 m einhalten und
 - ▶ jeweils einen Mund-Nasen-Schutz tragen.



- ▶ Waschen Sie regelmäßig und gründlich Hände mit Wasser und Seife.
- ▶ Husten und niesen Sie in die Armbeuge.
- ▶ Teilen Sie kein Geschirr, Handtücher, Bettwäsche etc. mit anderen Personen.
- ▶ Reinigen Sie häufig berührte Oberflächen (z. B. Nachttische, Bettrahmen, Türklinken, Lichtschalter, Smartphones) täglich.
- ▶ Lüften Sie regelmäßig alle Räume.
- ▶ Sammeln Sie Ihre Wäsche separat und waschen Sie diese bei mindestens 60° C.
- ▶ Lassen Sie Lieferungen vor dem Haus-/Wohnungseingang ablegen.



- ▶ Bei Zunahme der Beschwerden, lassen Sie sich umgehend ärztlich beraten!



Negatives SARS-COV-2 Testergebnis

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ärztin über weitere notwendige Maßnahmen und werden Sie wieder gesund.

Kein SARS-COV-2 Test notwendig

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ärztin über weitere notwendige Maßnahmen und werden Sie wieder gesund.

Weitere Informationen:



BZgA
www.infektionsschutz.de



RKI
www.rki.de/covid-19-isolierung