

Informationen zur häuslichen Absonderung/Quarantäne

Verhaltensregeln und Hygienemaßnahmen

Sie sind Kontaktperson eines Coronavirus-Infizierten. Aus diesem Grund hat das Gesundheitsamt eine häusliche Quarantäne angewiesen.

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.

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>



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

**Kontaktnummer für Gesundheitsüberwachung
(Meldung von Krankheitssymptomen)
0741 / 17445-0**

Häusliche Absonderung/ Quarantäne

Wichtige Informationen

Stand: Februar 2020

Bild: Margot Kessler_pixelio

Landratsamt Rottweil
Gesundheitsamt
Bismarckstraße 19
78628 Rottweil

Telefon 0741/17445-0
Telefax 0741/17445-0
garw@landkreis-rottweil.de
www.landkreis-rottweil.de

Landratsamt Rottweil
Gesundheitsamt

Absonderung/Quarantäne

Wurden Sie zu einer häuslichen Quarantäne aufgefordert, 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. In der Regel sind dies 14 Tage ab Kontakt zur infizierten Person. Prüfen Sie täglich Ihren Gesundheitszustand! Bei Ablauf der 14 Tage, halten Sie Rücksprache mit dem Gesundheitsamt. Senden Sie das ausgefüllte Tagebuch bitte wieder an das Gesundheitsamt zurück.

Melden Sie sich sofort, wenn ein Unwohlsein oder Krankheitszeichen auftreten:

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

Melden Sie sich sofort (auch am Wochenende oder abends, wenn Sie eines der oben genannten Krankheitszeichen bei sich feststellen oder sich vorbestehende Beschwerden deutlich verschlechtern

Sie erreichen das Gesundheitsamt unter der Telefonnummer **0741 / 17445-0**