

Kontaktperson Kategorie I

Sollte sich das zuständige Gesundheitsamt noch nicht bei Ihnen gemeldet haben, nehmen Sie Kontakt auf und schildern Sie Ihre Lage.

Wenn Sie niemanden erreichen, warten Sie etwas und versuchen Sie es erneut.

Das Gesundheitsamt teilt Ihnen mit, ob Sie in häusliche Quarantäne müssen. Versuchen bis dahin, Ihre Wohnung so wenig wie möglich zu verlassen.

Versuchen Sie den Kontakt zu anderen Personen auf das Nötigste zu beschränken. Befinden Sie sich in häuslicher Quarantäne, halten Sie Abstand zu Ihren Mitbewohnern. Wenn möglich, halten Sie sich in einem separaten Raum auf und essen Sie nicht gemeinsam.

Achten Sie darauf, sich regelmäßig die Hände zu waschen, in die Armbeuge zu husten und benutzte Taschentücher gleich zu entsorgen. Beobachten Sie für zwei Wochen Ihren Gesundheitszustand: Messen Sie dazu zweimal täglich Fieber. Halten Sie Ihre Temperatur, auftretende Symptome, Aktivitäten und Kontaktpersonen in einem Tagebuch fest.

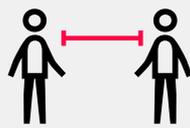
Wenn Sie innerhalb von 14 Tagen Symptome wie Fieber oder Husten entwickeln, gelten Sie als krankheitsverdächtig. Kontaktieren Sie das zuständige Gesundheitsamt, um zu klären, ob Sie getestet werden und sich in Behandlung begeben sollten. Wenn Sie dort niemanden erreichen, rufen Sie Ihren Arzt an. Führen Sie auch jetzt das Tagebuch weiter.



Kontakt-
aufnahme



Quarantäne



Soziales
Verhalten



Hygiene
und
Gesundheit



Symptome

Kontaktperson Kategorie II

Warten Sie, ob sich das Gesundheitsamt bei Ihnen meldet. Für Sie besteht kein Grund, selbst in Kontakt zu treten.

Falls das Gesundheitsamt mit Ihnen Kontakt aufnimmt, folgen Sie den Empfehlungen. Ansonsten versuchen Sie möglichst zu Hause zu bleiben und unnötige Gänge in die Öffentlichkeit zu vermeiden. Falls möglich, arbeiten Sie z. B. von zu Hause aus.

Versuchen Sie den Kontakt zu anderen Personen in Ihrem Haushalt auf das Nötigste zu reduzieren. Wenn möglich, halten Sie sich in einem separaten Raum auf und essen Sie nicht gemeinsam.

Achten Sie darauf, sich regelmäßig die Hände zu waschen, in die Armbeuge zu husten und benutzte Taschentücher gleich zu entsorgen. Ihren Gesundheitszustand müssen Sie nicht mehr als sonst beobachten. Sollten Sie mit dem Gesundheitsamt in Kontakt stehen, geben Sie nach 14 Tagen Bescheid, dass Sie in dieser Zeit beschwerdefrei waren.

Wenn Sie innerhalb von 14 Tagen Symptome wie Fieber oder Husten entwickeln, setzen Sie sich mit dem zuständigen Gesundheitsamt in Verbindung. Es teilt Ihnen mit, ob Sie getestet werden und sich in Behandlung begeben sollten. Wenn Sie dort niemanden erreichen, rufen Sie ihren Arzt an.