



## COVID-19

# Isolation von positiv auf das Coronavirus SARS-CoV-2 getesteten Personen

### Ergänzende Informationen zur Bekanntmachung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege vom 18. August 2020, Az. GZ6a-G8000-2020/572

Das neuartige Coronavirus SARS-CoV-2 hat sich weltweit mit großer Geschwindigkeit verbreitet. In vielen Fällen verläuft die Infektion, die als „COVID-19“ bezeichnet wird, mild, ähnlich wie eine Erkältung mit Husten, Fieber und gelegentlich auch Schnupfen. Bestimmte Personengruppen, insbesondere Menschen mit ernstesten Vorerkrankungen, haben zudem ein höheres Risiko für schwere Verläufe, ebenso Seniorinnen und Senioren. Sie brauchen unseren besonderen Schutz.

### Verpflichtung zur Isolation

Für alle Personen, denen ein positives Testergebnis des Abstrichs auf SARS-CoV-2 mitgeteilt wird, gilt: **Sie sind auf Grund staatlicher Anordnung verpflichtet, sich unverzüglich in Quarantäne zu begeben und das zuständige Gesundheitsamt über das positive Testergebnis zu informieren. Das Gesundheitsamt unterrichtet Sie über das weitere Vorgehen und trifft alle notwendigen Anordnungen.**

Die häusliche Isolation ist erforderlich, um die Ansteckung weiterer Personen zu vermeiden. Auf diese Weise leisten Sie einen wichtigen Beitrag zur Eindämmung des Infektionsgeschehens und schützen all jene, für die COVID-19 zur lebensbedrohlichen Gefahr werden kann.

Mitglieder des Contact Tracing Teams des Gesundheitsamtes werden während der Isolation regelmäßig Kontakt zu Ihnen halten, den Gesundheitszustand und die Beachtung der getroffenen Maßnahmen erfragen und sich auch erkundigen, ob Sie weitere Hilfe oder Unterstützung benötigen.

Die Verpflichtung zur Isolation und alle damit verbundenen Verhaltensregeln sind festgelegt in der Allgemeinverfügung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege vom 18. August 2020 zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes (IfSG), die Sie zusammen mit dieser Information erhalten haben.

### Wissenswertes zu Verhalten und Hygiene

#### ► *Wo erfolgt die Quarantäne?*

Die Quarantäne muss in einer Wohnung oder einem anderen räumlich abgrenzbaren Teil eines Gebäudes erfolgen; die meisten Betroffenen wählen dafür die eigene Wohnung. Diese Räumlichkeiten dürfen Sie während der Quarantäne nicht verlassen. Erlaubt ist aber, zeitweise und alleine auf den Balkon, die Terrasse oder in den eigenen Garten zu gehen, wenn dieser direkt an das Haus anschließt und nicht gemeinschaftlich genutzt wird.

#### ► *Unterstützung von außen*

Da Sie während der Quarantäne die Wohnung nicht verlassen dürfen, bitten Sie nicht in Ihrem Haushalt lebende Angehörige, Freunde oder Bekannte um Unterstützung, etwa für Einkäufe und andere wichtige Besorgungen. Landesweit gibt es außerdem eine Vielzahl ehrenamtlicher Hilfsangebote. Viele davon sind mit Kontaktmöglichkeiten online verzeichnet, bei der Suche können aber auch die Gemeinden oder das Gesundheitsamt vor Ort telefonisch weiterhelfen.

#### ► *Sollte sich Ihr Gesundheitszustand während der Quarantäne verschlechtern oder anderweitig ärztliche Hilfe nötig sein,*

verständigen Sie bitte Ihren Hausarzt, den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns unter der Telefonnummer **116 117** oder gegebenenfalls den Notarzt. Weisen Sie beim Anruf unbedingt darauf hin, dass Sie sich derzeit in Quarantäne befinden, weil Sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden. Bitte informieren Sie auch das Gesundheitsamt.

#### ► *Angehörige, die während der Quarantäne mit Ihnen im selben Haushalt leben, sollten bei guter Gesundheit und ohne Vorerkrankungen sein.*

Ältere Menschen und Personen mit Risikofaktoren wie z.B. chronischen Erkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem sollten in dieser Zeit nicht anwesend sein.

#### ► *Alle Personen, die mit Ihnen im selben Haushalt leben, gelten als Kontaktpersonen der Kategorie I und stehen damit ebenfalls unter Quarantäne.*

Das Gesundheitsamt nimmt Kontakt zu ihnen auf und informiert über die Verhaltensregeln während dieser Zeit sowie die Dauer der Isolation. Treten Beschwerden oder Krankheitszeichen auf, die auf eine SARS-CoV-2-Infektion hindeuten könnten (u.a. Husten, Fieber, Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinns oder auch Schnupfen), ist das Gesundheitsamt umgehend zu informieren.

#### ▶ *Was ist während der Quarantäne zu beachten?*

Wenn Sie sich in Quarantäne begeben, ist es wichtig, sich so gut wie möglich von den anderen Mitgliedern Ihres Haushalts fernzuhalten, um diese nicht der Gefahr einer Ansteckung mit COVID-19 auszusetzen. Das bedeutet vor allem:

- Verringern Sie die Kontakte zu Ihren Mitbewohnern und halten Sie einen Abstand von mindestens 1,5 Metern. Die Begegnungen untereinander sollten möglichst kurz sein. Für denjenigen, der unter Quarantäne steht, wird dabei eine Mund-Nasen-Bedeckung („Alltagsmaske“ oder „Community-Maske“) empfohlen.
- Auch Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts – zum Beispiel zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden oder Bekannten – sollten unterbleiben. Bitten Sie darum, dass Lieferungen vor dem Haus- oder Wohnungseingang abgelegt werden.
- Wenn Badezimmer, WC oder Küche gemeinsam genutzt werden, müssen die Kontaktflächen gründlich gereinigt werden, nachdem Sie diese benutzt haben. Für die Reinigung reichen hausübliche Putzmittel aus. Für jeden Bewohner sind eigene Handtücher vorzuhalten, die regelmäßig gewechselt und gewaschen werden. Die Benutzung der Räume sollte zeitlich versetzt erfolgen, Mahlzeiten werden nicht gemeinsam eingenommen.
- Sammeln Sie Ihre Wäsche in einem verschlossenen separaten Plastikbeutel und waschen Sie diese, wenn möglich, bei mindestens 60° Celsius mit einem handelsüblichen Waschmittel.
- Schlafen Sie in einem separaten Zimmer und halten Sie sich tagsüber in einem separaten Raum auf. Wichtig ist, alle Räume gut zu lüften, in denen Sie sich aufhalten.
- Ihre Abfälle, insbesondere Taschentücher und andere Materialien, die mit Sekreten und Körperflüssigkeiten in Kontakt gekommen sind und deshalb infektiös sein können, müssen getrennt von den anderen Abfällen des Haushalts in einem festen Müllsack verpackt werden. Dieser ist verschlossen in den Restmüll zu geben.

## Die wichtigsten Hygieneregeln

### ▶ *Husten und Niesen*

- Halten Sie größtmöglichen Abstand zu anderen Personen, mindestens zwei Meter.
- Drehen Sie sich beim Husten und Niesen von anderen Personen weg.
- Husten und niesen Sie zum Schutz anderer in die Armbeuge oder in ein Einweg-Taschentuch und entsorgen Sie es umgehend in einem verschließbaren Mülleimer mit einem Müllbeutel. Der Müllbeutel ist später verschlossen in den Restmüll zu geben.

### ▶ *Händehygiene*

- Verzichten Sie auf das Händeschütteln oder Handhalten mit anderen Personen.
- Waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände mit Wasser und Seife für mindestens 20 bis 30 Sekunden, insbesondere
  - nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten,
  - vor der Zubereitung von Speisen,
  - vor dem Essen,
  - nach dem Toilettengang,
  - immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind,
  - vor und nach jedem Kontakt zu anderen Personen und vor allem nach jedem Kontakt mit einer möglicherweise erkrankten Person oder deren unmittelbarer Umgebung.

Hautverträgliche Händedesinfektionsmittel auf Alkohobasis können Sie bei nicht sichtbarer Verschmutzung benutzen. Achten Sie dabei auf die Bezeichnung des Desinfektionsmittels als „begrenzt viruzid“

### ▶ *Wann endet die Quarantäne?*

Für **Personen, die positiv auf das Coronavirus getestet wurden**, endet die häusliche Isolation bei asymptomatischem Krankheitsverlauf frühestens zehn Tage nach dem Erstnachweis des Erregers, d.h. dem Tag des Abstrichs. Bei einem Verlauf mit leichten Krankheitszeichen endet die Isolation frühestens nach zehn Tagen und Symptomfreiheit seit mindestens 48 Stunden. Über die Beendigung entscheidet das zuständige Gesundheitsamt

Weitere Informationen rund um COVID-19 finden Sie unter [www.stmgp.bayern.de/coronavirus/](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/)

