



## Informationen zum Coronavirus für Rückkehrer aus Risikogebieten

Personen, die sich in den letzten 14 Tagen in Covid-19-Risikogebieten aufgehalten haben, sollten ihre Kontakte grundsätzlich einschränken, um eine Weiterverbreitung des Erregers zu unterbinden. Die aktuellen Risikogebiete entnehmen sie bitte der Website des Robert-Koch-Institutes (RKI), da diese sich häufig ändern.

Wir möchten Sie vorsorglich auf folgende Empfehlungen hinweisen:

### Wann müssen Sie einen Arzt kontaktieren?

- Sollten bei Ihnen bis einschließlich 14 Tage nach Rückkehr aus einem Risikogebiet folgende grippeartigen Symptome auftreten wie insbesondere:
  - Fieber
  - Husten
  - Atemnot

muss neben der derzeit stark verbreiteten Influenza oder anderen Virusinfektionen mit grippeähnlichen Symptomen auch an eine Coronavirus-Infektion gedacht werden. Falls bei Ihnen bis einschließlich 14 Tage nach Rückkehr aus dem Risikogebiet oben genannte grippeartigen Symptome auftreten sollten, wenden Sie sich bitte umgehend **telefonisch** an Ihre Hausarztpraxis. Diese werden dann das weitere Vorgehen mit Ihnen besprechen.

### Was müssen Sie beachten?

- Generell sollten Sie Kontakte zu anderen Personen auf das unbedingt Nötige beschränken und im Haushalt nach Möglichkeit eine zeitliche und räumliche Trennung von anderen Haushaltsmitgliedern durchführen. Eine „zeitliche Trennung“ kann z.B. dadurch erfolgen, dass die Mahlzeiten nicht gemeinsam, sondern nacheinander eingenommen werden. Eine räumliche Trennung kann z.B. dadurch erfolgen, dass sich die Kontaktperson in einem anderen Raum als die anderen Haushaltsmitglieder aufhält.
- Halten sie grundsätzlich bei Gesprächen Abstand von mindestens 1 – 2 Metern zu anderen Personen ein
- Häufiges Händewaschen ist grundsätzlich angeraten.
- Um keine Krankheitserreger weiterzubreiten und andere vor Ansteckung zu schützen, sollten Erkrankte die Regeln der sogenannten Husten-und Nies-Etikette beachten:
  - Halten Sie beim Husten oder Niesen mindestens einen Meter Abstand von anderen Personen und drehen Sie sich weg.
  - Niesen oder husten Sie am besten in ein Einwegtaschentuch.

Verwenden Sie dies nur einmal und entsorgen es anschließend in einem Mülleimer mit Deckel. Wird ein Stofftaschentuch benutzt, sollte dies anschließend bei mind. 60°C gewaschen werden.

- Und immer gilt: Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände waschen oder desinfizieren.
- Ist kein Taschentuch griffbereit, sollten Sie sich beim Husten und Niesen die Armbeuge vor Mund und Nase halten und ebenfalls sich dabei von anderen Personen abwenden.

**Wie lange gelten diese Vorsorgemaßnahmen?**

- Vorsorglich weisen wir darauf hin, dass Sie bis einschließlich 14 Tage nach Rückkehr aus dem Risikogebiet unnötige Kontakte vermeiden sollten (s.o.). **Ein negatives Abstrichergebnis verkürzt diese Frist nicht.**
- Für Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage Kontakt gehabt haben mit einer anderen gesunden Person, die in diesem Zeitraum aus einem Risikogebiet zurückgekehrt ist, gelten keine Einschränkungen.

Wir bitten Sie, uns bei der Eindämmung der Weiterverbreitung des neuartigen Coronavirus zu unterstützen und bedauern die damit verbundenen Unannehmlichkeiten.

Weitere Informationen zum neuartigen Coronavirus finden Sie im Internet unter:  
[Infektionsschutz.de](http://Infektionsschutz.de)

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Fachbereich Gesundheit