

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Das Ergebnis Ihres Nasen-/Rachenabstrichs ist positiv, der Erreger von COVID-19 ist nachweisbar. Aufgrund Ihres Gesundheitszustandes wurde entschieden, dass eine häusliche Absonderung möglich ist. Die Dauer dieser Absonderung beträgt zumindest 10 Tage ab dem Beginn Ihrer Erkrankung. Das Virus ist leicht übertragbar und die COVID-19-Erkrankung kann auch sehr schwer verlaufen. Es ist daher wichtig, dass Sie die folgenden Regeln genau einhalten – Sie schützen damit sich und andere!

■ **Verlassen Sie Ihre Wohnung bzw. Ihren Haushalt nicht!**

- Empfangen Sie keinen Besuch. Kontakte zu auswärtigen Personen sind nur erlaubt, wenn eine medizinische Notwendigkeit besteht.
- Wenn Sie mit anderen Personen zusammenleben, halten Sie sich möglichst in getrennten, gut lüftbaren Räumen auf. Generell ist im Haushalt nach Möglichkeit eine weitgehende zeitliche und räumliche Trennung des Erkrankten von anderen Haushaltsmitgliedern einzuhalten (z.B. Mahlzeiten getrennt einnehmen; zeitlich getrennte Verwendung von Toilette und Bad). Die Speisenzubereitung für andere Familienmitglieder darf nicht durch Sie erfolgen.
- Bitten Sie Familienangehörige, Freunde oder Nachbarn darum, Ihnen bei den nötigen Besorgungen (Lebensmittel, Medikamente und Artikel für die Körperhygiene) zu helfen. Die Einkäufe sollen einfach vor Ihrer Tür abgestellt werden
- Direkte Kontakte zu anderen sind zu vermeiden. Bei unbedingt notwendigen direkten Kontakten können Sie Ihre Umgebung durch das Tragen einer mehrlagigen Mund-Nasen-Schutzmaske schützen bzw. einen Sprechabstand von 2 Metern einhalten und vorher eine Händedesinfektion durchführen. Notieren Sie unvermeidbare soziale Kontakte.
- Häufige Händedesinfektion (mit einem Mittel nach Empfehlung Ihrer Apotheke) bzw. Händewaschen mit Seife für mindestens 20 Sekunden. Eigenes Handtuch oder Einmalhandtücher verwenden.
- Einhalten der Husten- und Schnäuz-Etikette (d.h. wenn Sie husten oder niesen, bedecken Sie Mund und Nase mit einem Papiertaschentuch, entsorgen Sie dieses sofort in einem getrennten, geschlossenen Abfallbehälter und waschen Sie danach Ihre Hände)

Ihr Gesundheitszustand

- Messen Sie zweimal täglich Ihre Körpertemperatur.
- Führen Sie ein Tagebuch bezüglich Atembeschwerden und Körpertemperatur.
- **Nehmen Sie mit Ihrem Hausarzt/Ihrer Hausärztin telefonisch Kontakt auf** und informieren Sie ihn/sie regelmäßig über Ihren Zustand.
- **Bei Verschlechterung des Gesundheitszustandes kontaktieren Sie umgehend telefonisch Ihren Hausarzt/Ihre Hausärztin, die Gesundheitsberatung 1450 oder die Rettung 144.** Geben Sie dabei an, dass Sie sich aufgrund einer COVID-19-Erkrankung in häuslicher Absonderung befinden. Suchen Sie von sich aus bitte keine ärztliche Ordination oder Krankenanstalt auf.
- Im Fall eines Krankentransportes in eine Krankenanstalt ist die zuständige Gesundheitsbehörde zu benachrichtigen.
- Um die Absonderung aufheben zu können, muss der Gesundheitsbehörde frühestens am 10. Tag nach Beginn der Erkrankung eine Bestätigung übermittelt werden, dass Sie seit mindestens 48 Stunden symptomfrei sind. (Falls Sie zum Schlüsselpersonal im Gesundheitsbereich gehören, kommt eine andere Vorgehensweise zur Anwendung)

Hinweise zu Reinigung, Wäsche und Abfallentsorgung

- Reinigen Sie mehrmals täglich Toilette, Handwaschbecken, Armaturen, Handgriffe, Türklinken und ähnliche Kontaktflächen mit handelsüblichen, chlorhaltigen Reinigern
- Waschen Sie Ihre Wäsche in der Waschmaschine mit dem 60°C Waschprogramm mit Vollwaschpulver

- Sammeln Sie Haus- und Hygieneabfälle in ausreichend großen Müllsäcken, verknoten und verpacken Sie diese in Übersäcke, die wiederum verknotet werden. Danach erfolgt eine Entsorgung in die Restmülltonne.

Allgemeine Information über COVID-19

Wie wird das Virus übertragen?

Das Virus wird von einer erkrankten Person auf eine andere durch Tröpfcheninfektion z. B. Husten, Niesen übertragen. Direkter persönlicher Kontakt (länger als 15 Minuten, Abstand unter 1 Meter) stellt derzeit den bedeutendsten Übertragungsweg dar.

Viele Menschen haben jedoch nur leichte Symptome. Dies gilt insbesondere in den frühen Stadien der Krankheit. Es ist daher möglich, sich bei einer erkrankten Person anzustecken, die beispielsweise nur einen leichten Husten hat und sich nicht krank fühlt.

Eine Schmierinfektion über (Atemwegs)sekrete von Erkrankten ist nicht auszuschließen.

Wie lange dauert die Inkubationszeit und wie lange ist man ansteckend?

Die Inkubationszeit (Zeitraum zwischen Ansteckung und Beginn von Krankheitssymptomen) beträgt bis zu 14 Tagen, i.d.R. liegt sie bei 5-6 Tagen. Die Ansteckungsfähigkeit beginnt 48 Stunden vor Symptombeginn.

Welche Symptome treten im Fall einer Erkrankung auf?

Infektionen von Menschen sind meist mild und ähnlich einer Verkühlung. Häufige Anzeichen einer Infektion sind u. a. Fieber, Husten, Kurzatmigkeit und Atembeschwerden, Schnupfen, plötzlicher Verlust des Geschmacks-/Geruchssinnes. Es kann auch zu Durchfall und Erbrechen kommen. In schweren Fällen kann die Infektion eine Lungenentzündung und sogar den Tod verursachen.

Wie wird die Krankheit behandelt?

Die meisten Erkrankungsfälle sind mild und müssen nicht behandelt werden. Bei schwereren Erkrankungen erfolgt eine Behandlung symptomatisch, d. h. Krankheitsbeschwerden werden behandelt wie z. B. Senkung des Fiebers durch fiebersenkende Mittel. Es gibt keinen Impfstoff.

Wo erhalte ich weitere Informationen?

www.sozialministerium.at oder www.ages.at

Coronavirus-Hotline unter 0800 555 621

Wo erhalte ich Hilfe?

- Bei Ihrer zuständigen Bezirksverwaltungsbehörde
- Helplines
- Krisenhilfe OÖ Tel.: 0732 2177 MO-SO 0-24 Uhr; www.krisenhilfeooe.at
- Rat auf Draht: 147
- Telefon Seelsorge: 142

SARS-COV-2: Tagebuch für Kontaktpersonen

Stand 06 08 2020



LAND
OBERÖSTERREICH

(EMS-)ID: _____

Vor- und Nachname: _____

Telefon-Nummer: _____

Ich gehöre zu:

- ärztliches Personal Pflegepersonal Laborpersonal Familienmitglied
 Passagier im selben Flugzeug wie der/die Patient/in Anderes:

Art des Kontaktes			Art des Schutzes						
0 Kein Kontakt	Aer Aerosol-produzierende Maßnahme, z.B. Absaugen, BAL, Intubation, Bronchoskopie	0 keiner					K (Schutz)Kittel		
S Mindestens 15-minütiger Sprechkontakt	Mat Handhabung/Kontakt mit möglicherweise infektiösem Material	M1 OP-Maske oder FFP1-Maske					H Handschuhe		
P Pflegerische oder ärztliche Handlung am Patienten	And Andere Art von Kontakt (bitte eintragen, welcher)	M2 FFP2-Maske					S Schutzbrille		
A Ärztliche Handlung am Patienten		M3 FFP3-Maske							
Datum	Kontakt	Schutz	Eigene Symptomatik (N=Nein, J=Ja, WN=weiß nicht)						
	Art des Kontaktes (sh. unten Kodierungstabelle) Alle zutreffenden eintragen!	Art des Schutzes (sh. unten Kodierungstabelle) Alle zutreffenden eintragen!	Fieber (ja/nein)	Temperatur	Husten (ja, nein)	Hals- Schmerzen (ja/nein)	Kurz- atmigkeit (ja/nein)	Sonstige	Falls eigene Symptomatik auftritt, Kontakt mit ...
z.B. Mo, 3.2.14									

