

Sie haben sich innerhalb der vergangenen 10 Tage in einem Quarantänegebiet aufgehalten. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass Sie mit dem neuartigen Coronavirus in Kontakt gekommen sind. Zu Ihrer eigenen und zur allgemeinen Sicherheit haben Sie sich aus behördlicher Sicht freiwillig in selbstüberwachte **Heimquarantäne** zu begeben und **folgende Punkte einzuhalten**:

- **Verlassen Sie in den nächsten 10 Tagen nach Verlassen des Risikogebietes Ihre Wohnung bzw. Ihren Haushalt nicht!**
- Kontakte zu auswärtigen Personen sind nur erlaubt, wenn eine medizinische Notwendigkeit besteht.
- **Kontrollieren Sie 2x täglich Ihre Körpertemperatur und achten Sie in den nächsten 10 Tagen auf etwaige Krankheitssymptome (insbesondere Husten, Kurzatmigkeit, Fieber, Schnupfen, plötzlicher Verlust des Geschmacks-/Geruchssinnes)**
- **Notieren Sie bitte Ihre sozialen Kontakte**, Ihre Körpertemperatur und auftretende Symptome. **Führen Sie** darüber ein **Tagebuch**.
- 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 der Kontaktperson von anderen Haushaltsmitgliedern einzuhalten (z.B. Mahlzeiten getrennt einnehmen; getrennte Verwendung von Badezimmern, falls vorhanden).
- Bei direktem Kontakt können Sie Ihre Mitmenschen durch das Tragen einer Mund-Nasen-Schutzmaske schützen. Halten Sie einen Sprechabstand von 2 Metern ein.
- Häufiges Händewaschen mit Seife für 20 Sekunden (jedenfalls nach dem Niesen und Husten, vor dem Essen und nach jedem Toilettengang). Eigenes Handtuch bzw. Einmalhandtücher verwenden.
- Täglich mehrmals Reinigung von Toilette, Armaturen, Handgriffen und anderen Kontaktflächen mit handelsüblichen, chlorhaltigen Reinigern.
- 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 geschlossenen getrennten Abfallbehälter und waschen Sie danach Ihre Hände.)
- Rufen Sie bitte sofort die telefonische Gesundheitsberatung (1450) bzw. die Rettung (144), wenn Sie beginnen, sich krank zu fühlen, Symptome einer Atemwegsinfektion (s.o.) entwickeln oder aus sonstigen Gründen ärztliche Hilfe benötigen. **Geben Sie dabei am Telefon unbedingt an, dass Sie in den letzten 10 Tagen in einem Quarantänegebiet waren.** Suchen Sie von sich aus bitte keine ärztliche Ordination, Ambulanz oder Krankenanstalt auf!
- Beim Auftreten der oben angeführten Krankheitssymptome informieren Sie bitte auch Ihre zuständige Gesundheitsbehörde (an Wochentagen während der Öffnungszeiten, am Wochenende eine entsprechende Nachmeldung am folgenden Werktag).

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.

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

Die Inkubationszeit (Zeitraum zwischen Ansteckung und Beginn von Krankheitssymptomen) beträgt 2 bis 14 Tage, 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 oder bei Ihrer zuständigen Bezirksverwaltungsbehörde

SARS-COV-2: Tagebuch für Kontaktpersonen

Stand 09 03 2020



(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)						
z.B. Mo, 3.2.14	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 ...

