

Ich **habe keine Symptome** wie Fieber oder Husten.

Ich **habe Symptome** wie Fieber oder Husten.

Kennen Sie jemanden, die oder der **nachweislich** Covid-19 hat oder hatte?

Ja

Nein

... aber eine Person, mit der Sie **persönlichen Kontakt** haben oder hatten, hat sich in der **Nähe einer nachweislich infizierten Person** befunden.

Ja

Nein

Hat Ihre Kontaktperson **Symptome** (insbesondere Fieber und Husten)?

Ja

Nein

Die **Kontaktperson** sollte sich beim Gesundheitsamt melden. Sie selbst sollten **abwarten**, wie sie auf eine **Sars-CoV-2-Infektion getestet** wird.

Positiv

Negativ

Haben Sie sich in der Zeit, in der die Person krank war oder maximal zwei Tage vor Beginn der ersten **Symptome** (insbesondere Fieber und Husten) **in ihrer Nähe** befunden?

Ja

Nein

Hatten Sie mindestens 15 Minuten **direkten Kontakt** zu der Person, etwa in einem persönlichen Gespräch
ODER
haben Sie eine **Körperflüssigkeit** der Person berührt, etwa durch Küssen, Anniesen oder Husten
ODER
hatten Sie einen **Sitzplatz in einem Flugzeug** zwei Reihen vor, hinter oder in derselben Reihe wie die Person?

Ja

Nein

Haben Sie sich in demselben Raum wie die Person befunden, aber **keinen direkten Kontakt für insgesamt mindestens 15 Minuten** zu ihr gehabt?

Ja

Nein

Ja

Nein

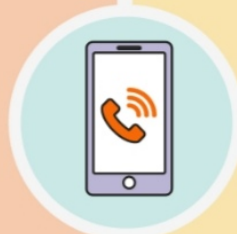
Sie werden nicht als
Kontaktperson
eingestuft.

Wenn Sie Symptome
(insbesondere Fieber
und Husten) haben,
**kurieren Sie sich zu
Hause aus** und
kontaktieren Sie
telefonisch einen Arzt,
wenn sich Ihr Zustand
nicht bessert.

Sollte Ihre
Kontaktperson **doch
noch Symptome**
entwickeln, beginnen
Sie diese
Entscheidungshilfe von
vorne.

Kontaktperson
Kategorie I
»höheres
Infektionsrisiko«

Kontaktperson
Kategorie II
»geringeres
Infektionsrisiko«



Kontaktaufnahme



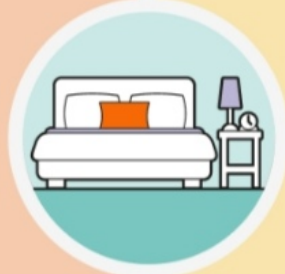
Kontaktaufnahme

Falls das zuständige Gesundheitsamt bisher keinen Kontakt zu Ihnen aufgenommen hat: **Rufen Sie an** und schildern Sie Ihre Lage. Sollten Sie niemanden erreichen, warten Sie ab und **versuchen Sie es später erneut**.

Bei Symptomen: Wenn Sie schon Krankheitsanzeichen haben (insbesondere Husten oder Fieber) oder diese innerhalb von 14 Tagen entwickeln, gelten Sie als **krankheitsverdächtig**. Setzen Sie sich mit dem zuständigen Gesundheitsamt in Verbindung. Dieses wird mit Ihnen klären, ob Sie getestet werden und sich in Behandlung begeben sollten. Sollten Sie dort niemanden erreichen, **kontaktieren Sie telefonisch einen Arzt**. Notieren Sie sich außerdem, mit wem Sie bis zu zwei Tage vor Ausbruch der ersten Symptome Kontakt hatten.

Warten Sie ab, ob sich das Gesundheitsamt bei Ihnen meldet, Sie müssen dort nicht selbst anrufen.

Bei Symptomen: Wenn Sie schon Krankheitsanzeichen (insbesondere Fieber und Husten) haben oder diese innerhalb von 14 Tagen entwickeln, setzen Sie sich mit dem zuständigen Gesundheitsamt in Verbindung. Dieses wird mit Ihnen klären, ob Sie getestet werden und sich in Behandlung begeben sollten. Sollten Sie dort niemanden erreichen, **kontaktieren Sie telefonisch einen Arzt**. Notieren Sie sich außerdem, mit wem Sie bis zu zwei Tage vor Ausbruch der ersten Symptome Kontakt hatten.



Quarantäne

Ob Sie in häusliche Quarantäne müssen, wird Ihnen das Gesundheitsamt sagen. Bis dahin sollten Sie Ihre **Wohnung so wenig wie möglich verlassen.**

Bei Symptomen: Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie Gänge in die Öffentlichkeit – soweit möglich – komplett. Das Gesundheitsamt kann auch eine Quarantäne in einem Krankenhaus veranlassen.

Falls sich das Gesundheitsamt bei Ihnen meldet, folgen Sie den Empfehlungen. Überlegen Sie, ob Sie Gänge in die Öffentlichkeit vermeiden können, indem Sie beispielsweise von zu Hause aus arbeiten, wenn Sie können.

Bei Symptomen: Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie Gänge in die Öffentlichkeit nach Möglichkeit komplett.



Soziales Verhalten

Beschränken Sie den Kontakt zu anderen Personen auf das Nötige. Falls Sie in häuslicher Quarantäne sind, versuchen Sie, **Abstand zu Ihren Mitbewohnern** zu halten, beispielsweise indem Sie sich in einem **separaten Raum** aufhalten und **zu unterschiedlichen Zeiten essen**.

Reduzieren Sie den Kontakt zu Mitgliedern in Ihrem Haushalt auf das Nötige,

beispielsweise indem Sie sich in separaten Räumen aufhalten und zu unterschiedlichen Zeiten essen.

Bei Symptomen:

Vermeiden Sie den Kontakt zu anderen Personen nach Möglichkeit komplett.



Hygiene & Gesundheit

Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände, husten Sie in Ihre Armbeuge und entsorgen Sie Taschentücher gleich, nachdem Sie sie benutzt haben. **Beobachten Sie außerdem zwei Wochen lang Ihren Gesundheitszustand:** Messen Sie zweimal täglich Fieber, führen Sie ein Tagebuch, in dem Sie Ihre Temperatur, auftretende Symptome, Ihre Aktivitäten und Kontakte zu anderen Personen notieren.

Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände, husten Sie in Ihre Armbeuge und entsorgen Sie Taschentücher gleich, nachdem Sie sie benutzt haben. Sie müssen Ihren Gesundheitszustand **nicht mehr als sonst** beobachten. Wenn Sie keine Symptome haben, aber mit einem Gesundheitsamt in Kontakt stehen, geben Sie nach 14 Tagen Bescheid, dass Sie keine Beschwerden hatten.

Stand der Empfehlungen:
17. März 2020

Quelle: ZEIT ONLINE