

Coronavirus SARS- CoV-2 Informationen / Empfehlungen für Bürgerinnen und Bürger

Stand: 13.03.2020

Abteilung Gesundheit
Dezernat für Krankenhaushygiene und Allgemeine Hygiene
Arbeitsgruppe Hygiene des ÖGD

Seite 1 von 3

Coronavirus SARS- CoV-2

Informationen und Empfehlungen für Bürgerinnen und Bürger

- **Hinweise auf weiterführende Informationen**

- <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html>
- <https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/>

- **Allgemeines**

- SARS-CoV-2 ist der Erreger der die Erkrankung auslöst, COVID-19 ist die Bezeichnung für die durch SARS-CoV-2 ausgelöste Erkrankung.
- In Deutschland sind zwischenzeitlich in allen Bundesländern Infektionsfälle mit dem neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) bestätigt worden.

Ein gutes Hygieneverhalten ist der effektivste Schutz gegen die Weiterverbreitung von Krankheitserregern. Wir alle können dazu beitragen die Weiterverbreitung des Virus zu verlangsamen und einzudämmen, um besonders Menschen mit Risikofaktoren zu schützen.

- **Personengruppen mit einem höherem Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf**
 - Anstieg des Risikos für schwere Erkrankungen ab **50-60 Jahre**
 - Vorbestehende **Grunderkrankungen** (z. B. Diabetes, Herz-Kreislaufkrankungen, Erkrankungen der Atmungsorgane, der Leber, der Niere sowie Krebserkrankungen)
 - Erkrankungsbedingte **Immunschwäche** oder bei medikamentös unterdrückter Immunabwehr (z. B. Cortison)
 - Nach derzeitiger Datenlage besteht **kein erhöhtes Risiko für Schwangere** und Kinder für schwere COVID-19 Erkrankungen. Diese können aber trotzdem Überträger sein!
- **Eine Infektion mit dem neuartigen Coronavirus muss nur dann abgeklärt werden, wenn ein tatsächliches Infektionsrisiko besteht.** Dies ist der Fall wenn Sie (Stand 12.03.2020):
 - eine akute Atemwegserkrankung haben **und**
 - Kontakt zu einem COVID-19 bestätigtem Erkrankungsfall haben oder
 - zu einer Person die sich innerhalb der letzten 14 Tage in einem internationalen Risikogebiet oder einer besonders betroffenen Region in Deutschland aufgehalten hat

- Kontakt zu Personen hatten, bei denen aktuell eine mögliche Erkrankung mit COVID-19 abgeklärt wird
 - sich selbst innerhalb der letzten 14 Tage vor Symptombeginn in einem Risikogebiet aufgehalten haben
 - In diesen Fällen kontaktieren Sie telefonisch Ihren Hausarzt
- **Übertragung:**
 - Nach derzeitigem Kenntnisstand kann die Übertragung über Tröpfchen und Kontakt, z.B. mit Körpersekreten und Ausscheidungen, erfolgen. Auch eine Schmierinfektion über ist prinzipiell möglich, spielt vermutlich aber eine untergeordnete Rolle.
- **Allgemeine Empfehlungen wenn Sie selbst den Verdacht auf eine COVID-19-Erkrankung haben**
 - Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie den Kontakt mit anderen
 - Möglichst keine Besucher empfangen
 - Keine Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten (Sport, Kultur u.a.)
 - Achten Sie auf gutes Hygieneverhalten
 - Häufiges und gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife
 - Niesen/Husten möglichst in Einmaltaschentücher die anschließend sofort entsorgt werden. Notfalls Niesen/Husten in die Ellenbeuge (nicht in die Hand)
 - Hände möglichst aus dem Gesicht fern halten
 - Abstand zu anderen Mitbewohnern im Haushalt halten (mindestens 1-2 m)
 - Häufige Reinigung insbesondere von Hand-Kontaktflächen
 - Geschirr und Wäsche bei mindestens 60°C reinigen/waschen
 - Mehrmals täglich Lüften
 - Gehen Sie möglichst nicht selbst einkaufen
 - Benutzen Sie möglichst keine öffentlichen Verkehrsmittel
 - Bei Verdacht auf eine COVID-19-Erkrankung oder bei Kontakt mit einem COVID-19-Erkrankten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt telefonisch und sprechen mit ihm das weitere Vorgehen ab. Zur Vorbereitung auf das Telefonat können Sie die im Anhang (siehe unten) aufgeführten Fragen schon vorab beantworten
- **Empfehlungen für Bürgerinnen und Bürger mit bestätigter COVID-19 Erkrankung und Bürgerinnen und Bürgern in häuslicher Quarantäne**
 - halten Sie die o.g. Empfehlungen für den Verdachtsfall unbedingt ein
 - Zusätzliche Maßnahmen:
 - Getrennte Schlafräume zu anderen Mitbewohnern
 - Raum häufig Lüften
 - Keine Speisenzubereitung für andere Mitbewohner
 - Keine gemeinsamen Handtücher mit anderen Mitbewohnern
 - Arzt- und Zahnarztbesuche und ggf. geplante Krankenhausaufenthalte möglichst bis zur Aufhebung der häuslichen Quarantäne verschieben
 - Falls eine ärztliche bzw. zahnärztliche Notversorgung unaufschiebbar ist kontaktieren Sie den Arzt/Zahnarzt vorher telefonisch und informieren ihn darüber, dass Sie derzeit unter häuslicher Quarantäne stehen und besprechen Sie das weitere Vorgehen.
- Für weitere Fragen kontaktieren Sie bitte Ihr örtliches Gesundheitsamt oder das Bürgertelefon des Gesundheitsministeriums in Zusammenarbeit mit dem Landesamtes für Gesundheit und Soziales M-V unter 0385-588 5888

Anhang

Fragen zur Vorbereitung auf das Telefonat mit dem Hausarzt oder ggf. dem Gesundheitsamt

1. Haben Sie sich in den letzten 14 Tagen in einem Risikogebiet* aufgehalten? Wenn ja:

Land/ Provinz/ Stadt: _____

Beginn des Aufenthaltes: _____

Ende des Aufenthaltes: _____

2. Hatten Sie innerhalb von 14 Tagen vor Auftreten der Symptomatik wissentlich Kontakt zu einem an COVID-19-Erkrankten (laborbestätigt) oder zu einem Bürger bei dem derzeit die labordiagnostische Abklärung bei einem Verdacht auf COVID-19 erfolgt?

JA

Nein

3. Welche Symptome liegen bei Ihnen aktuell vor?

Fieber, seit: _____

Husten seit: _____

Muskelschmerzen seit: _____

Kopfschmerzen seit: _____

Abgeschlagenheit seit: _____

Sonstiges: _____