



LANDKREIS  
GÖPPINGEN

## Informationen zur häuslichen Quarantäne

**Sie sind enge Kontaktperson eines Coronavirus-Infizierten.**

**Aus diesem Grund wurde bei Ihnen eine häusliche Absonderung (Quarantäne) vom zuständigen Ordnungsamt angeordnet.**

In diesem Faltblatt finden Sie Hinweise, welche Maßnahmen Sie ergreifen und wie Sie sich verhalten müssen. Sie erfahren, wie Sie ihre Familie oder weitere Kontaktpersonen schützen können. Beachten Sie, dass besonders ältere und vorerkrankte Personen gefährdet sind!

## Weitere Informationen

Weitere Informationen zu der Coronavirus-Erkrankung (COVID-19) finden Sie auf den Internetseiten des Robert-Koch-Instituts unter [www.rki.de](http://www.rki.de)  
[https://www.rki.de/Shared-Docs/FAQ/NCOV2019/FAQ\\_Liste.html](https://www.rki.de/Shared-Docs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html)

Oder auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BzgA unter [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)  
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-ncov.html>

**Sollten Sie einen Arzt benötigen, wenden Sie sich unter Angabe („Kontaktperson Kategorie I“) telefonisch an Ihren Hausarzt, außerhalb der Sprechzeiten an die kassenärztliche Notfallnummer 116117 oder die nächstgelegene Klinik.**



**Suchen Sie keinen Arzt oder das Krankenhaus auf ohne vorherige telefonische Rücksprache!!!**

## Häusliche Quarantäne

**Für Kontaktpersonen  
Kategorie I (COVID-19)**

Stand: Oktober 2020

Bild: Margot Kessler\_pixelio

**Landratsamt Göppingen  
Gesundheitsamt**

Wilhelm-Busch-Weg 1  
73033 Göppingen

Telefon 07161 202-5370

Telefax 07161 202-5390

E-Mail [gesundheitsamt@lkgp.de](mailto:gesundheitsamt@lkgp.de)

[www.landkreis-goeppingen.de](http://www.landkreis-goeppingen.de)

Landratsamt Göppingen

**Gesundheitsamt**

## Absonderung/Quarantäne

Wurde für Sie eine häusliche Quarantäne angeordnet, beachten Sie folgende Regeln:

- Strikte räumliche Trennung der Kontaktperson von anderen Haushaltsmitgliedern.
- Aufenthalt (insbesondere Schlafen) in getrennten Bereichen/Zimmern, wo möglich Nutzung unterschiedlicher Bäder/WCs.
- Falls Räume zusammen genutzt werden müssen, zeitliche Trennung und strenge Hygiene einhalten. Die Kontaktperson desinfiziert vor Verlassen des Absonderungsbereichs/Zimmers gründlich die Hände mit einem Händedesinfektionsmittel („begrenzt viruzid“ oder „viruzid“). In diesem Fall wird das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes empfohlen.
- Anschließend gründliches Reinigen der berührten Flächen und Gegenstände, (z.B. Türklinken, Telefon, Tisch, Küchenarbeitsplatte, WC etc.) mit einem geeigneten Desinfektionsmittel oder tensidhaltigem Reinigungsmittel.
- Vermeidung/Unterlassung von Kontakten zu den Mitbewohnern, insbesondere keine engen Kontakte (Küssen, Umarmen, Händeschütteln, etc.)
- **Es sind keine Besuche von anderen Personen gestattet!**
- **Sie dürfen das Haus/die Wohnung nicht verlassen, auch nicht für wenige Minuten.**
- Über die Dauer der Quarantäne informiert Sie das zuständige Ordnungsamt.

## Hygieneregeln

Halten Sie unbedingt die folgenden Hygieneregeln ein:

### Händehygiene

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife, vor allem nach dem Toilettengang, nach Husten oder Niesen und vor dem Essen. Benützen Sie ein „begrenzt viruzides“ oder „viruzides“ Händedesinfektionsmittel.

### Husten und Niesen

Husten oder niesen Sie niemals „in die Luft“ oder in die Handfläche. Benützen Sie die Ellenbeuge oder ein Papiertaschentuch. Entsorgen Sie Papiertaschentücher nach jeder Benutzung in einen Abfalleimer mit Plastiktüte und Deckel im Isolierzimmer.

### Flächenreinigung

Reinigen Sie Oberflächen und Türklinken mit einem Flächendesinfektionsmittel oder einem tensidhaltigen Reinigungsmittel.

### Abstand halten!

Halten Sie Abstand zu anderen Personen, dies ist der beste Schutz vor Ansteckung! Schütteln Sie keine Hände, umarmen und küssen Sie sich nicht! Tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz, wenn Sie ihr Zimmer verlassen.

### Sonstige Hinweise:

Wechseln Sie häufig Handtücher und Lappen. Waschen Sie die Wäsche mit mindestens 60 °C, besser 90 °C. Lüften Sie regelmäßig alle Räume. Reinigen Sie benutztes Geschirr bei mindestens 60°C in der Spülmaschine.

## Gesundheitsüberwachung

Gesundheitsüberwachung – was heißt das?

Prüfen Sie dazu 14 Tage lang nach dem letzten Kontakt jeden Tag Ihren Gesundheitszustand (inkl. 2x täglich Fieber messen)!

Melden Sie sich beim Gesundheitsamt, wenn eins der folgenden Krankheitszeichen auftritt:

- Husten
- Schnupfen, Geruchs- und Geschmacksverlust
- Halsschmerzen
- Atembeschwerden
- Heiserkeit
- Kopfschmerzen
- Bauchschmerzen, Durchfall, Erbrechen
- Glieder- oder Muskelschmerzen
- Abgeschlagenheit/Krankheitsgefühl
- Fieber/erhöhte Temperatur
- Schwitzen, Schüttelfrost

Meldung von Krankheitssymptomen:

Für die **ärztliche Behandlung und Testung** auf COVID-19 ist der Hausarzt bzw. ärztliche Notdienst (Tel. 116117) zuständig.

**Bei schwerwiegenden Symptomen** melden Sie sich bitte unter Hinweis auf die Quarantänemaßnahme bei der Rettungsleitstelle Tel. 19222.