

Verhaltens- und Hygieneregeln für Personen, die durch das Gesundheitsamt der Kontaktpersonengruppe Kategorie 2 zugeordnet wurden (nach ermitteltem Kontakt zu einer am neuen Corona-Virus-Erkrankten)

Bitte halten Sie in dieser Zeit folgende Hygiene- und Verhaltensregeln ein:

Begrenzen Sie die Anzahl und Enge Ihrer Kontakte bestmöglich, insbesondere gegenüber Personen, die einer Risikogruppe angehören (Immunsupprimierte, chronische Kranke, ältere Personen).

In Ihrem Haushalt sollen Sie nach Möglichkeit eine zeitliche und räumliche Trennung von den anderen Haushaltsmitgliedern einhalten. Eine zeitliche Trennung kann z.B. dadurch erfolgen, dass die Mahlzeiten nicht gemeinsam, sondern nacheinander eingenommen werden. Eine räumliche Trennung kann z.B. dadurch erfolgen, dass Sie sich in einem anderen Raum als die anderen Haushaltsmitglieder aufhalten. Falls dies einmal nicht möglich ist, sollte ein Mindestabstand zur anderen Person von mindestens 1 m – 2 m eingehalten werden.

Empfohlen ist regelmäßiges Lüften in allen Räumen, in denen Sie sich aufhalten.

Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand zu anderen und drehen Sie sich weg; halten Sie die Armbeuge vor Mund und Nase oder benutzen Sie ein Taschentuch, das sie sofort entsorgen. Waschen Sie sich regelmäßig die Hände gründlich mit Wasser und Seife und vermeiden Sie das Berühren von Augen, Nase und Mund. Händehygiene sollte auch vor und nach der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang und immer dann durchgeführt werden, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind.

Sollten sich Beschwerden einstellen

Beobachten Sie sich selbst genau. Sollten innerhalb der nächsten 14 Tage Symptome wie Fieber, Husten, Halsschmerzen oder andere Beeinträchtigungen des Wohlbefindens auftreten, melden Sie dies bitte dem Gesundheitsamt Stade oder wenden Sie sich telefonisch an Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt, um das weitere Vorgehen zu besprechen. Möglicherweise muss dann eine diagnostische Abklärung (Abstrich) vorgenommen werden.