



INFORMATIONSBLATT ERKRANKUNG AN COVID-19 HÄUSLICHE QUARANTÄNE

Es wurden Ihnen die für den Nachweis von SARS-CoV-2 erforderliche Probe entnommen und diese hat sich als positiv bestätigt. Auf Grund des gegebenen Gesundheitszustandes wurde von der Gesundheitsbehörde eine häusliche Quarantäne angeordnet.

Diese dauert im Allgemeinen **10 Tage (unter bestimmten Umständen 14 Tage)**, zudem muss ein **ausreichend langer gesunder Gesundheitszustand vorliegen**.

Sie werden behördlich (entweder mit Bescheid oder einer behördlichen telefonischen Anweisung) abgesondert werden. Verständigen Sie diesbezüglich Ihren Dienstgeber.

Grundsätzlich sollen Sie bis Beendigung der Quarantäne

- **alle Ihre sozialen Kontakte maximal reduzieren, Sie dürfen die Wohnung nicht verlassen und keine Besuche (außer zur medizinischen Betreuung) empfangen.**
- **Ein Zuwiderhandeln ist mit einer empfindlichen Geldstrafe bedroht.**
- **Vereinbaren Sie bitte mit Ihrem Hausärztin/-arzt, dass er bei Ihnen eine telefonische Betreuung und Überwachung des Gesundheitszustandes übernimmt.**
- **Rufen Sie/Ihre Haushaltsangehörige bitte sofort die TELEFONISCHE Gesundheitsberatung 1450/die Rettung 144 oder Ihren Hausarzt an, wenn Sie eine Verschlechterung Ihres Gesundheitszustandes bemerken oder von Ihren Haushaltsangehörigen bemerkt wird, wie**
 - **andauerndes hohes Fieber**
 - **schweres Krankheitsgefühl**
 - **Auftreten von Atemnot mit Beschleunigung der Atmung**
 - **Druck auf der Brust**
 - **Verwirrung oder blaue Lippen**
 - **Änderung des Verhaltens**

Geben Sie dabei am Telefon unbedingt an, dass bei Ihnen eine bestätigte Erkrankung an COVID-19 besteht. Sie werden dann auf speziellem Wege einer weiteren Abklärung zugeführt. **Informieren Sie auch das Gesundheitsamt über jede Änderung Ihres Gesundheitszustandes.**

- **Bei Inanspruchnahme einer medizinischen Versorgung** durch das Krankenhaus **infolge erheblicher Symptomverschlimmerung** ist ebenso vorher ebendort eine telefonische Voranmeldung erforderlich.

WEITERE ANORDNUNGEN ZUR HEIMQUARANTÄNE

- **KONTAKT ZU HAUSHALTSANGEHÖRIGEN UND NICHT - HAUSHALTSANGEHÖRIGEN**
Der Kontakt zu den Haushaltsangehörigen muss auf ein Minimum beschränkt werden. Angehörige, die mit Ihnen im Haushalt leben und während der Isolierung vor Ort bleiben, sollten bei guter Gesundheit, jünger und ohne Vorerkrankungen sein. Kontakt sollte immer nur zu einem gleichen unterstützenden Angehörigen mit mind. 2 Meter Abstand und jeweils mit Mund-Nasen-Schutz stattfinden. Alle anderen Personen sollten sich nie im gleichen Raum aufhalten wie Sie oder falls möglich an einem anderen Ort isoliert untergebracht sein. Persönlicher Kontakt mit z. B. Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden, Bekannten muss unterbleiben. Lassen Sie Lieferungen vor dem Haus-/oder Wohnungseingang ablegen.

- **UNTERBRINGUNG IN DER WOHNUNG**

Sie sollten möglichst getrennt von anderen Personen in einem Einzelzimmer untergebracht sein und sich dort hauptsächlich aufhalten.

Sorgen Sie für ein häufiges und regelmäßiges Lüften des Raumes.

Nutzen Sie Küche, Flur, Bad und weitere Gemeinschaftsräume nicht häufiger, als unbedingt nötig und vermeiden Sie Kontakte mit den Haushaltsangehörigen.

Nehmen Sie und Ihre Angehörigen ihre Mahlzeiten möglichst zeitlich und räumlich getrennt voneinander ein. Achten Sie für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

Falls möglich benützen Sie ausschließlich ein Badezimmer/Toilette für sich alleine.

- **HYGIENE**

Waschen Sie regelmäßig und gründlich für 20 bis 30 Sekunden die Hände mit Wasser und Seife, insbesondere

- nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten,
- vor der Zubereitung von Speisen
- vor dem Essen
- nach dem Toilettengang
- immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind.

Drehen Sie sich beim Husten und Niesen weg.

Husten und niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Einweg-Taschentuch und entsorgen Sie es umgehend in einem Mülleimer mit Deckel.

Benutzen Sie Einweg-Handtücher oder tauschen Sie Handtücher aus, sobald sie feucht sind.

Verwenden Sie nur ein für Sie bestimmtes Handtuch.

- **REINIGUNG**

Reinigen Sie häufig von Ihnen berührten Oberflächen (Nachtische, Bettrahmen, Smartphones, Tablets, etc.) mindestens einmal täglich.

Reinigen Sie Bad- und Toilettenoberflächen, Abzüge, Armaturen und Türklinken, immer nach Benützung.

Sammeln Sie die Wäsche in einem eigenen Wäschesack, vermeiden Sie ein Schütteln.

Waschen Sie Ihre Wäsche bei mindestens 60°C.

Verwenden Sie herkömmliches Vollwaschmittel, keinen Kurzwaschgang und achten Sie auf eine gründliche Trocknung.

- **Hautverträgliche Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis**, können Sie bei nicht sichtbarer Verschmutzung benutzen.

Achten Sie bei Verwendung bei Hände- und Flächendesinfektionsmitteln auf folgende Bezeichnungen:

- „begrenzt viruzid“ ODER
- „begrenzt viruzid PLUS“ ODER
- „viruzid“

- **ABFALLENTSORGUNG**

Der Müllsack mit Abfällen, die vom Erkrankten erzeugt wurden – Taschentücher u. a. – ist im Krankenzimmer, in einem verschließbaren Behälter aufzubewahren. Entsorgen Sie den verschnürten Müllsack im Restmüll. Führen Sie keine Mülltrennung durch.

Diese Maßnahmen dienen dazu, das Risiko einer Verbreitung dieser Erkrankung zu reduzieren.



Weitere Informationen:

<https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Uebertragbare-Krankheiten/Infektionskrankheiten-A-Z/Neuartiges-Coronavirus.html>

Coronavirus Hotline:

AGES: 0800 555 621 - (täglich von 07:00 bis 20:00 Uhr)

Land Tirol: 0800 80 80 30 - (Mo. bis Fr. von 08 bis 18 Uhr)

Corona-Sorgen-Hotline:

Land Tirol: 0800 400 120 – (täglich von 08 bis 20 Uhr)

Telefonseelsorge Innsbruck: 142 (24 Stunden besetzt)