

Hinweise für leicht erkrankte Patienten

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen wurde eine Infektion mit dem sog. „Corona-Virus“ (SARS-COVID 19) festgestellt.

Sie befinden sich in sog. häuslicher Absonderung, da eine stationäre Behandlung in einem Krankenhaus bislang nicht erforderlich ist.

Bitte lesen Sie sich die anliegenden Hinweise ausführlich durch und informieren bitte auch Ihre Angehörigen durch Weitergabe dieses Merkblatts.

Unterbringung und Kontakte:

Als Patient mit bestätigter COVID-19 Erkrankung sollten Sie alleine in einem gut belüftbaren Einzelzimmer untergebracht werden.

Reduzieren Sie die Anzahl Kontakte zu anderen Personen auf das absolute Minimum, d.h. auf Haushaltsangehörige, deren Unterbringung nicht anderweitig möglich ist oder die zur Unterstützung benötigt werden. Haushaltsangehörige sollten möglichst nur Personen sein, die bei guter Gesundheit und ohne Vorerkrankungen sind. Personen mit Risikofaktoren für Komplikationen (z.B. Immunsuppression, relevante chronische Grunderkrankungen, hohes Alter) sollten möglichst nicht zu diesem Personenkreis gehören.

Haushaltsangehörige sollten sich in anderen Räumen getrennt von Ihnen aufhalten. Falls dies nicht möglich ist, ist die Einhaltung eines Abstands von mindestens 1 m – 2 m zu Ihnen empfohlen sowie das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes durch Sie und den Haushaltsangehörigen, insbesondere bei Unterschreitung des Mindestabstands. Die Nutzung gemeinsamer Räume sollte auf ein Minimum begrenzt werden und möglichst zeitlich getrennt erfolgen, inkl. der Einnahme von Mahlzeiten.

Stellen Sie sicher, dass Räume, die von mehreren Personen genutzt werden (z. B. Küche, Bad) regelmäßig gut gelüftet werden.

Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts sollten unterbleiben, z.B. zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden, Bekannten. Lassen Sie Lieferungen vor dem Haus-/oder Wohnungseingang ablegen, tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz und halten Sie größtmöglichen Abstand zu diesen Personen.

Hygienemaßnahmen:

Wie bei Influenza und anderen akuten Atemwegsinfektionen schützen Husten- und Nies-Etikette, gute Händehygiene sowie Abstand zu Erkrankten (ca. 1 bis 2 Meter) auch vor einer Übertragung des neuartigen Coronavirus.

Händehygiene sollte vor jedem Kontakt zu anderen Personen durchgeführt werden sowie z.B. vor der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang und immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind. Führen Sie die Händehygiene mit Wasser und Seife durch.

Bei Verwendung von Wasser und Seife sind Einweg-Papiertücher zum Trocknen der Hände das Mittel der Wahl. Wenn nicht verfügbar, verwenden Sie Handtücher und tauschen Sie diese aus, wenn sie feucht sind.

Gesunde sollten nicht dieselben Handtücher verwenden wie Sie.

Wenn die Hände nicht sichtbar verschmutzt sind, kann alternativ zu Händewaschung ein hautverträgliches Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis verwendet werden, das mit mindestens „begrenzt viruzid*“ bezeichnet ist. Achten Sie auf die Sicherheitshinweise der Händedesinfektionsmittel.

Husten- und Nies-Etikette sollte jederzeit von allen, insbesondere von kranken Personen, praktiziert werden. Sie umfasst das Abdecken von Mund und Nase während des Hustens oder Niesens mit Taschentüchern oder gebeugtem Ellbogen unter Abwenden zu anderen Personen, gefolgt von Händehygiene.

Entsorgen Sie Materialien, die zum Abdecken von Mund oder Nase verwendet werden, oder reinigen Sie sie nach Gebrauch entsprechend.

Taschentücher und andere Abfälle, die von kranken Personen erzeugt wurden, sollten vor der Entsorgung mit anderem Hausmüll in einem mit einer Auskleidung versehenen Behälter im Krankenzimmer aufbewahrt werden.

Reinigung und Desinfektion

Reinigen und desinfizieren Sie häufig berührte Oberflächen wie Nachttische, Bettrahmen und andere Schlafzimmerelemente täglich mit einem mindestens „begrenzt viruzid“ wirksamen Flächendesinfektionsmittel. Achten Sie dazu beim Kauf dieser Präparate immer mindestens auf die Bezeichnung „begrenzt viruzid*“.

Bad- und Toilettenoberflächen sollten mindestens einmal täglich mit einem Flächendesinfektionsmittel gereinigt und desinfiziert werden, das mindestens „begrenzt viruzid*“ wirkt. Desinfektionsmittel mit der Bezeichnung "begrenzt viruzid" ODER "begrenzt viruzid PLUS" ODER "viruzid" sind wirksam.

Legen Sie kontaminierte Wäsche in einen Wäschesack. Verschmutzte Wäsche nicht schütteln und direkten Kontakt von Haut und Kleidung mit den kontaminierten Materialien vermeiden.

Waschen und reinigen Sie Kleidung, Bettwäsche, Bade- und Handtücher usw. mit Waschmittel und Wasser. Waschen Sie diese bei mindestens 60°C mit einem herkömmlichen Haushalts-Vollwaschmittel und trocknen Sie sie gründlich.

Weitere Informationen zum Infektionsschutz finden Sie unter
www.infektionsschutz.de.

WICHTIG: Vorgehen bei Zunahme der Beschwerden

Informieren Sie umgehend Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt telefonisch oder den ärztlichen Notdienst (bundesweit Tel. 116117). Es muss rasch entschieden werden, ob eine Behandlung in einem Krankenhaus erforderlich sein wird.

Hinweise für Haushaltsangehörige von leicht erkrankten Patienten, die sich selbst versorgen können

Haushaltsangehörige sollten sich in anderen Räumen als die erkrankte Person aufhalten. Die Nutzung gemeinsamer Räume sollte auf ein Minimum begrenzt werden und möglichst zeitlich getrennt erfolgen. Falls dies nicht möglich ist, ist die Einhaltung eines Abstands von mindestens 1 m – 2 m zum Patienten empfohlen und das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes durch den Patienten und den Haushaltsangehörigen, insbesondere bei Unterschreitung des Mindestabstands.

Hygienemaßnahmen

Nach jedem Kontakt mit der kranken Person oder deren unmittelbarer Umgebung ist die Durchführung einer Händehygiene notwendig.

Händehygiene sollte vor und nach der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang und immer dann durchgeführt werden, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind. Die Händehygiene erfolgt mit Wasser und Seife.

Bei Verwendung von Wasser und Seife sind Einweg-Papiertücher zum Trocknen der Hände das Mittel der Wahl. Wenn nicht verfügbar, verwenden Sie Handtücher und tauschen Sie diese aus, wenn sie feucht sind.

Gesunde sollten nicht dieselben Handtücher verwenden wie Erkrankte.

Wenn die Hände nicht sichtbar verschmutzt sind, kann alternativ zu Händewaschung ein hautverträgliches Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis verwendet werden, das mit mindestens „begrenzt viruzid*“ bezeichnet ist. Achten Sie auf die Sicherheitshinweise der Händedesinfektionsmittel.

Selbstmonitoring

Alle Haushaltsangehörigen gelten als Kontaktpersonen der Kategorie I, siehe unter www.rki.de/covid-19-kontaktpersonen. Sie sollten im täglich eine Selbstbeobachtung hinsichtlich Krankheitssymptomen durchführen bis 14 Tage nach ihrem letzten Kontakt zu dem isolierten COVID-19 Patienten oder nach dessen Entisolierung (je nachdem welches Ereignis zuerst eintritt) und ein Tagebuch führen unter Angabe der Ergebnisse der Selbstbeobachtung der Symptome und aller Kontakte (siehe beispielsweise unter www.rki.de/covid-19-kontaktpersonen).

Sollten Sie innerhalb von 14 Tagen Tage nach ihrem letzten Kontakt mit dem Patienten oder nach dessen Entisolierung (je nachdem welches Ereignis zuerst eintritt) Beschwerden entwickeln, die mit einer SARS-CoV-2-Infektion vereinbar sind, so gelten Sie als krankheitsverdächtig und eine weitere diagnostische Abklärung sollte umgehend erfolgen. Folgender Ablauf wird empfohlen:

Sofortige Kontaktaufnahme mit dem ambulant betreuenden Arzt und dem zuständigen Gesundheitsamt zur weiteren diagnostischen Abklärung und Besprechung des weiteren Vorgehens.