

Leitfaden für positiv auf das Coronavirus getestete Personen

Sie wurden mittels PCR-Test positiv auf SARS-CoV-2 getestet. Dieses Virus kann die Erkrankung COVID-19 verursachen. Um eine Ansteckung anderer Personen zu vermeiden, haben Sie sich, sowie ihre engen Kontaktpersonen auf Basis des Infektionsschutzgesetzes (IfSG) in häusliche Quarantäne zu begeben. Die wichtigsten Informationen für Sie finden Sie zusammengefasst auf diesem Informationsblatt. Auf der zweiten Seite sind alle wichtigen Details für die Übermittlung Ihrer Kontakte aufgeführt. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung bei der Information Ihrer Kontaktpersonen, sowie Ihrer Mitarbeit bei der Unterbrechung der Infektionsketten.

1. Informationen für Sie als positive Person

Was muss ich jetzt beachten?

Sie müssen solange in häuslicher Isolation verbleiben, bis keine Ansteckungsgefahr mehr für andere Personen besteht. Dieser Zeitraum umfasst in der Regel 10 Tage ab Abstrichsdatum unter der Voraussetzung, dass Sie 48 Stunden vor Quarantäneende symptomfrei sind. Bei anhaltenden Symptomen verlängert sich die Quarantäne Entsprechend.

Minimieren Sie Ihre Kontakte, auch im häuslichen Umfeld, soweit wie möglich.

Hierzu beachten Sie bitte Folgendes:

- Es sollten nur Haushaltsangehörige anwesend sein, deren Unterbringung anderweitig nicht möglich ist oder die zur Unterstützung benötigt werden. Die Familienmitglieder sollten sich nicht im gleichen Raum wie Sie aufhalten, falls dies nicht möglich ist, einen Abstand von mindestens 1,5 Metern, besser 2 Metern, zu Ihnen halten. In diesem Fall sollten alle Beteiligten eine FFP-2-Maske oder einen Mund-Nasen-Schutz (MNS) tragen, vor allem wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann.
- Stellen Sie für sich möglichst eine Einzelunterbringung in einem gut belüfteten Einzelzimmer sicher.
- Die Nutzung gemeinsamer Räume sollte auf ein Minimum begrenzt werden und zeitlich getrennt erfolgen, indem Sie z. B. Mahlzeiten getrennt einnehmen. Achten Sie darauf, dass die Räume mehrfach täglich gut gelüftet werden (Stoßlüftung).
- Empfangen Sie keinen Besuch.
- Informieren Sie zeitnah Ihre engen Kontaktpersonen (siehe Punkt 2.)!

Entlassung aus der Quarantäne

Zur Beendigung der Quarantäne muss neben 48 Stunden Symptomfreiheit auch eine Testung mittels negativem Antigen-Schnelltest, der frühestens am 7. Tag der Quarantäne durchgeführt wurde, vorliegen. Die Testung kann nur anerkannt werden, wenn diese durch medizinische Fachkräfte oder vergleichbare, hierfür geschulte Personen (z. B. in zugelassenen Testzentren oder durch das Gesundheitsamt s.u.) durchgeführt wird. Selbsttest sind nicht zulässig.

Sollte Sie keine Testung durchführen, so erfolgt eine Entlassung aus der Quarantäne am 10. Tag.

Ein Anruf seitens des Gesundheitsamtes bei der Entlassung erfolgt nicht. Das Laborergebnis können Sie im Regelfall in Ihrer Corona Warn App oder unter www.mein-Laborergebnis.de abfragen.

Ihre Testmöglichkeiten auf das Coronavirus (SARS-CoV-2)

Die Möglichkeit der Testung besteht beim Hausarzt oder in einem Schnelltestzentrum (Liste auf der Homepage: www.friesland.de) durchgeführt werden. Die Anreise zum Test muss individuell (z. B. mit dem Auto) und darf nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln erfolgen. Bitte senden Sie das Testergebnis als Nachweis für die Beendigung der Quarantäne an testnachweis@friesland.de. Sollten Sie keine Möglichkeit der Testung finden, kontaktieren Sie uns unter 04461 919 7300 oder gesundheit@friesland.de.

Wichtig:

Sobald Beschwerden auftreten, verständigen Sie bitte Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt bzw. den Kassenärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Telefonnummer 116117.

Informieren Sie die Arztpraxis unbedingt vorab telefonisch und teilen Sie mit, dass Sie sich wegen eines positiven SARS-CoV-2 Testergebnisses in häuslicher Quarantäne befinden. In schweren Fällen rufen Sie – wie bei anderen Erkrankungen auch – den Rettungsdienst unter der Telefonnummer 112. Teilen Sie unbedingt mit, dass Sie positiv auf SARS-CoV-2 getestet worden sind und sich in häuslicher Quarantäne befinden.

2. Ihre engen Kontaktpersonen

Stellen Sie uns bitte folgende Daten Ihrer engen Kontaktpersonen über die E-Mailadresse gesundheit@friesland.de zur Verfügung: Übermitteln Sie bitte mindestens den vollständigen Namen, Geburtsdatum, sowie Anschrift und Telefonnummer der Kontaktpersonen. Bitte schreiben Sie in die Betreffzeile ihren vollständigen Namen.

Informieren Sie zeitnah ihre engen Kontaktpersonen über Ihr positives Testergebnis, für diese ist dann ebenfalls durch das Infektionsschutzgesetz (IfSG) eine Quarantäne angeordnet, ohne dass das Gesundheitsamt Kontakt zu diesen aufnimmt. Teilen Sie Ihren engen Kontaktpersonen die weitere Herangehensweise mit, gerne können Sie hierfür das Informationsblatt „Informationen für Kontaktpersonen“ nutzen.

Definition enger Kontaktpersonen laut RKI

Nicht geimpfte oder genesene Kontaktpersonen zu einem bestätigten COVID-19-Fall werden bei Vorliegen mindestens einer der folgenden Situationen als enge Kontaktpersonen (mit erhöhtem Infektionsrisiko) definiert:

1. Aufenthalt im Nahfeld des Falls (<1,5 m) länger als 10 Minuten ohne adäquaten Schutz (adäquater Schutz = Fall und Kontaktperson tragen durchgehend und korrekt MNS [Mund-Nasen-Schutz] oder FFP2-Maske).
2. Gespräch mit dem Fall (Face-to-face-Kontakt, <1,5 m, unabhängig von der Gesprächsdauer) ohne adäquaten Schutz oder direkter Kontakt (mit respiratorischem Sekret).
3. Aufenthalt von Kontaktperson (und Fall) im selben Raum mit wahrscheinlich hoher Konzentration infektiöser Aerosole unabhängig vom Abstand für länger als 10 Minuten, auch wenn durchgehend und korrekt MNS (Mund-Nasen-Schutz) oder FFP2-Maske getragen wurde.

Beispielhafte Konstellationen für enge Kontaktpersonen

- Personen aus demselben Haushalt
- Personen mit direktem Kontakt zu Sekreten oder Körperflüssigkeiten, insbesondere zu respiratorischen Sekreten eines Falls, wie z.B. durch Küssen, Anhusten, Anniesen, Kontakt zu Erbrochenem, Mund-zu-Mund Beatmung, etc.

Enge Kontaktpersonen sind alle Personen, die eine der o. g. Definitionen erfüllen und deren enger Kontakt frühestens zwei Tage vor Ihrem Symptombeginn bzw. zwei Tage vor Ihrem positivem Testergebnis (bei Symptomlosigkeit der positiv getesteten Person) stattgefunden hat.

Kontaktpersonen, die geimpft oder genesen sind, müssen sich nicht häuslich isolieren. Eine Selbstisolation und sofortige Testung wird hier aber empfohlen. Sollten diese Personen Symptome einer COVID-19 Infektion aufweisen, sollen diese ihren Hausarzt kontaktieren und eine diagnostische Abklärung einleiten.

Sollten Ihre engen Kontaktpersonen Symptome einer COVID-19-Infektion aufweisen, sollen diese ihren Hausarzt kontaktieren und eine diagnostische Abklärung einleiten. Senden Sie bitte Ihren engen Kontaktpersonen unser beigefügtes Informationsschreiben.