

**DEPARTEMENT  
GESUNDHEIT UND SOZIALES**

Abteilung Gesundheit

Kantonsärztlicher Dienst

26. Februar 2020

**QUARANTÄNE-INFORMATIONEN FÜR ENGE KONTAKTPERSONEN VON EINER AN COVID-19  
ERKRANKTEN PERSON (NEUES CORONAVIRUS SARS-COV-2)**

---

Sie waren in engem Kontakt (Kontakt von < 2 Meter und während > 15 Minuten; Wohnen im gleichen Haushalt; Pflege oder medizinische Untersuchung ( $\leq 2\text{m}$ ) ohne verwendete Schutzausrüstung; direkter Kontakt mit Atemwegssekreten, Körperflüssigkeiten ohne verwendete Schutzausrüstung) mit einer Person, bei welcher eine COVID-19 Erkrankung, verursacht durch das neue Coronavirus SARS-CoV-2 nachgewiesen wurde. Es kann sein, dass Sie bereits angesteckt sind und Sie die Infektion auf weitere Personen übertragen können, auch wenn Sie sich noch gesund fühlen. In dieser Situation kann die Behörde entscheiden, Sie unter Quarantäne zu stellen. Das bedeutet, dass Sie in den 14 Tagen nach dem letzten Kontakt mit der erkrankten Person zu Hause bleiben müssen und keinen Kontakt mit anderen Personen haben dürfen. Sie werden in dieser Zeit täglich mit einer Ihnen zugewiesenen Kontaktperson in Kontakt stehen.

**Sie müssen sich an die folgenden Vorgaben halten:**

► **Bleiben Sie zu Hause, bis 14 Tage nach dem letzten Kontakt mit der erkrankten Person**

- Bleiben Sie in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus. Gehen Sie nicht arbeiten. Empfangen Sie keine Besuche.
- Kinder, die Kontaktpersonen der erkrankten Person sind, dürfen nicht in die Kindertagesstätte, Kindergarten oder Schule.
- Überlassen Sie Einkäufe Ihren Angehörigen oder Nachbarn. Nach Möglichkeit soll dies immer durch die gleiche Person erfolgen. Die Einkäufe sollen vor der Haustüre abgeliefert werden.
- Bei allfälligen, nicht vermeidbaren Kontakten (zum Beispiel Haustüre): Halten Sie einen Abstand von über 2 m zu anderen Personen ein (keine Berührungen) und tragen Sie eine Maske.
- Sie dürfen mit einer Maske versehen im Freien spazieren gehen, müssen dabei aber den Kontakt mit anderen Personen vermeiden und dürfen keine anderen Gebäude betreten. Falls Sie in einem Mehrfamilienhaus oder in einem stark bewohnten Quartier wohnen, sollten Sie möglichst zu Hause bleiben.
- Wenn Sie husten oder niesen, sollten Sie dies in die Ellenbeuge tun oder in ein Taschentuch. Danach die Hände mit Wasser und Seife waschen oder die Hände desinfizieren.
- Falls Sie mit anderen Personen im gleichen Haushalt leben, welche keine Kontaktpersonen der erkrankten Person sind:
  - Richten Sie sich allein in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nehmen Sie Ihre Mahlzeiten in Ihrem Zimmer ein. Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte und verlassen Sie das Zimmer nur wenn nötig.
  - Tragen Sie eine Hygienemaske, wenn Sie sich ausserhalb des Zimmers bewegen (z. B. Bad, Toilette).
  - Waschen Sie sich regelmässig die Hände.
  - Teilen Sie Ihre Haushaltgegenstände wie Geschirr, Gläser, Tassen, Küchenutensilien, Handtücher oder Bettwäsche nicht mit anderen Personen. Reinigen Sie diese Artikel nach Gebrauch sorgfältig mit Wasser und Seife.

► **Überwachen Sie Ihre Gesundheit für 14 Tage nach Ihrer Rückkehr aus China**

- Sie werden in dieser Zeit täglich mit einer Ihnen zugewiesenen Kontaktperson in Kontakt stehen.
- Messen Sie zwei Mal pro Tag Fieber und achten Sie auf folgende Symptome:
  - Husten, Atemnot Allgemeine Grippe-symptome wie Schüttelfrost, Gliederschmerzen, Schnupfen, Kopfweh, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Halsweh
  - Fieber (> 38.0°C)
- **Bemerken Sie eines dieser Symptome oder Fieber (> 38.0°C):**
  - **Ziehen Sie sofort eine Maske an**
  - **Melden Sie sich umgehend telefonisch Ihrer Kontaktperson oder direkt via Zentrale auf der Infektiologie des Kantonsspitals Aarau, Telefon Nr. 062 838 41 41 oder des Kantonsspitals Baden, Telefon Nr. 056 486 21 11.**

► **Händehygiene**

**Die korrekte Einhaltung der Händehygiene ist für die Verhinderung einer Übertragung sehr wichtig.**

Wann:

- Nach jedem Niesen/Husten in die Hand, nach jedem Gebrauch eines Taschentuchs
- Vor und nach der Zubereitung von Mahlzeiten, vor dem Essen, vor und nach dem Toilettengang und immer, wenn die Hände schmutzig wirken
- Vor dem Verlassen der Wohnung/des Hauses
- Für im gleichen Haushalt lebende Menschen: Nach jedem körperlichen Kontakt mit der Kontaktperson oder ihrem Zimmer
- Tragen Sie Einweghandschuhe zum Reinigen und Desinfizieren der Umgebung und zum Entsorgen von Abfall. Anschliessend Hände waschen oder desinfizieren

Wie:

- Hände mit Wasser und Seife waschen **oder**
- Hände mit einem anerkannten alkoholischen Händedesinfektionsmittel für 30 sec desinfizieren (wenn die Hände nicht sichtbar verschmutzt sind, genügen alkoholische Händedesinfektionsmittel. Bei sichtbarer Verschmutzung müssen die Hände mit Wasser und Seife gewaschen werden)

► **Reinigung, Desinfektion und Entsorgen von Abfall**

- Wäsche nicht ausschütteln
- Wäsche sollte mit mindestens 60°C gewaschen werden. Waschen Sie Ihre Wäsche nur in Ihrer eigenen Wohnung (Maschine oder Handwäsche).
- Tägliche Reinigung von Badezimmer/Küche häufig berührten Oberflächen wie Bettrahmen, Nachttischchen, Türklinken etc. mit üblichem Putzmittel
- Geschirr etc. mit Spülmittel von Hand oder in der Geschirrspülmaschine waschen
- Abfall mit Körpersekreten, Erbrochenem oder Einwegmaterial, welcher mit Ihnen in Kontakt war regelmässig auf normalem Weg über den Haushaltsabfall entsorgen. Es wird empfohlen, den Haushaltabfall grundsätzlich vor dem Entsorgen in einen zweiten Abfallsack hineinzutun.

Besten Dank für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit.