



COVID-19 Quarantäne von Verdachtspersonen

Ergänzende Informationen zur Bekanntmachung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege vom 31. August 2021, Az. G5ASz-G8000-2020/122-925, zuletzt geändert durch Bekanntmachung vom 1. Februar 2022, Az. G51z-G8000-2022/44-110

Weltweit sorgt die Corona-Pandemie für Besorgnis. Zwar verläuft die Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2, die als COVID-19 bezeichnet wird, in vielen Fällen mild, ähnlich wie eine Erkältung mit Husten, Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen oder Schnupfen, nicht selten sind Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinns. Manchmal fehlt aber auch jedes Krankheitszeichen („asymptomatischer Verlauf“). Aber immer wieder kommt es auch zu schweren Verläufen. Insbesondere Menschen mit ernsten Vorerkrankungen, die nicht geimpft sind, haben ein höheres Risiko dafür. Um Ansteckungen zu verhindern und Infektionsketten zu unterbrechen, leisten Quarantäne und Isolation einen entscheidenden Beitrag.

Verpflichtung zur Quarantäne

Für alle Personen, bei denen aufgrund von Krankheitszeichen oder eines positiven Selbsttests der Verdacht auf eine Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 besteht, gilt: Sie sind auf Grund staatlicher Anordnung verpflichtet, sich in Quarantäne zu begeben – so lange, bis sicher ist, dass Sie sich nicht angesteckt haben. Ein Nukleinsäuretest, z. B. ein PCR-Test gibt darüber Gewissheit.

Die Verpflichtung zur Quarantäne und die damit verbundenen Regeln sind festgelegt in der Allgemeinverfügung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes (IfSG), deren verfügbaren Teil Sie zusammen mit dieser Information erhalten haben.

Für Verdachtspersonen endet die häusliche Quarantäne mit dem Vorliegen des negativen Ergebnisses des Nukleinsäuretests, spätestens jedoch nach dem fünften Tag nach diesem Test. Ist das Testergebnis positiv, bedeutet das, dass Sie mit dem Coronavirus infiziert sind. Sie müssen sich weiterhin zu Hause isolieren. Das Gesundheitsamt trifft die notwendigen Anordnungen und informiert Sie über das weitere Vorgehen.

Wissenswertes zu Verhalten und Hygiene

► *Wo erfolgt die Quarantäne?*

Die Quarantäne muss in einer Wohnung oder einem anderen räumlich abgrenzbaren Teil eines Gebäudes erfolgen; die meisten Betroffenen wählen dafür die eigene Wohnung. Diese dürfen Sie während der Quarantäne nicht verlassen. Zeitweise und alleine auf den Balkon, die Terrasse oder in den eigenen Garten zu gehen, wenn dieser direkt an das Haus anschließt und nicht gemeinschaftlich genutzt wird, ist aber erlaubt.

► *Unterstützung von außen:*

Bitten Sie Angehörige, Freunde oder Bekannte um Unterstützung, etwa für Einkäufe und wichtige Besorgungen. Landesweit gibt es außerdem eine Vielzahl ehrenamtlicher Hilfsangebote. Viele davon sind mit Kontaktmöglichkeiten online verzeichnet, bei der Suche helfen aber auch die Gemeinden oder das Gesundheitsamt vor Ort telefonisch weiter.

► *Körperliche Ruhe:*

Wenn Sie Symptome haben und sich krank fühlen, ist körperliche Ruhe für einige Tage wohltuend – unabhängig davon, ob Sie an COVID-19 oder an einer Erkältung mit Beteiligung der Atemwege und Fieber leiden. Nutzen Sie die Zeit der Quarantäne bis zum Vorliegen des PCR-Testergebnisses dafür.

► *Sollte sich Ihr Gesundheitszustand während der Quarantäne verschlechtern oder anderweitig ärztliche Hilfe nötig sein,* verständigen Sie bitte Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt, den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns unter der Telefonnummer **116 117** oder gegebenenfalls den Notarzt. Weisen Sie beim Anruf unbedingt darauf hin, dass Sie sich in Quarantäne befinden, weil bei Ihnen der Verdacht auf COVID-19 besteht. Bitte informieren Sie auch das Gesundheitsamt.

Was ist während der Quarantäne zu beachten?

Während der Quarantäne ist es wichtig, sich so gut wie möglich von anderen Mitgliedern des Haushalts fernzuhalten, auch wenn Sie sich nicht krank fühlen. Das bedeutet vor allem:

- ▶ **So wenig Zusammentreffen wie möglich:**
Verringern Sie die Kontakte zu Ihren Mitbewohnern und halten Sie Abstand von mindestens 1,5 Metern. Die Begegnungen sollten möglichst kurz sein und alle sollten einen Mund-Nasen-Schutz tragen.
- ▶ Auch Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts – zum Beispiel zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden oder Bekannten – sollten unterbleiben. Bitten Sie darum, dass Lieferungen vor dem Eingang abgelegt werden.
- ▶ Schlafen Sie in einem separaten Zimmer und halten Sie sich auch tagsüber alleine in einem Raum auf. Gemeinsam genutzte Räume wie Küche und Bad sollten zeitlich versetzt betreten werden, Mahlzeiten werden nicht gemeinsam eingenommen. Wichtig: Alle Räume gut lüften!
- ▶ **Für Kinder ist die Quarantäne eine besondere Herausforderung; die Regeln müssen altersentsprechend angepasst werden.** Das Gesundheitsamt berät Familien, wie sie die Quarantäne am besten gestalten, damit Kinder und Eltern gemeinsam gut durch diese Zeit kommen.
- ▶ **Gründliche Reinigung:** Wenn Badezimmer, WC oder Küche gemeinsam genutzt werden, müssen die Kontaktflächen gründlich gereinigt werden, nachdem Sie diese benutzt haben. Dafür reichen hausübliche Putzmittel aus. Für jeden Bewohner sind eigene Handtücher vorzuhalten, die regelmäßig gewechselt und gewaschen werden. Teilen Sie Haushaltsgegenstände wie beispielsweise Geschirr und Kleidung nicht mit anderen Personen.

Weitere Informationen rund um COVID-19:

Coronavirus-Hotline der Staatsregierung

089 / 122 220

www.bayern.de: „Coronavirus – auf einen Blick“

www.stmgp.bayern.de/coronavirus, die Informationsseite des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege



Die Allgemeinverfügung Isolation finden Sie mit Übersetzungen sowie barrierearmen Erläuterungen auf unserer Webseite <https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Isolation>

Was müssen Ihre Familie und andere Mitbewohner wissen?

- ▶ **Angehörige und andere Personen, die während der Quarantäne mit Ihnen im Haushalt leben, sollten bei guter Gesundheit und ohne Vorerkrankungen sein.** Ältere Menschen und Personen mit Risikofaktoren wie chronischen Erkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem sollten in dieser Zeit nicht anwesend sein.
- ▶ **Aufmerksamkeit für die eigene Gesundheit:**
Wer mit einer Verdachtsperson in einem Haushalt lebt, sollte auch bei sich selbst darauf achten, ob Krankheitszeichen von COVID-19 auftreten und in diesem Fall das Gesundheitsamt verständigen. Und nicht vergessen: Die Beachtung der Hygieneregeln ist für alle unverzichtbar!

Wichtige Hygieneregeln

- ▶ **Husten und Niesen mit Rücksicht**
Halten Sie größtmöglichen Abstand, drehen Sie sich von anderen Personen weg und husten oder niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Einweg-Taschentuch, das Sie dann sofort in einem verschließbaren Müllbeutel entsorgen.
- ▶ **Händehygiene**
Verzichten Sie auf das Händeschütteln oder Handhalten mit anderen. Waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände mit Wasser und Seife für mindestens 20 bis 30 Sekunden, 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,
 - und vor und nach jedem Kontakt zu anderen Personen,
 - vor allem nach jedem Kontakt zu einer erkrankten Person oder deren unmittelbarer Umgebung.

Hautverträgliche Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis können Sie bei nicht sichtbarer Verschmutzung benutzen. Achten Sie dabei auf die Bezeichnung des Desinfektionsmittels als „begrenzt viruzid“, „begrenzt viruzid PLUS“ oder „viruzid“

Alles Gute für Ihre Gesundheit!