



COVID-19

Kontakt zu einer infizierten Person – was ist zu tun?

Infektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 sind nach wie vor häufig. Aber anders als in den ersten Jahren der Pandemie ist heute das Wissen über Schutzmöglichkeiten hoch und mit Impfungen und antiviralen Medikamenten stehen wirksame Mittel zur Verfügung, um schwere, lebensbedrohliche Krankheitsverläufe zu verhindern. Damit ist die Gefahr durch eine Infektion für viele Menschen geringer geworden. Diejenigen jedoch, die aufgrund ihres Alters oder aufgrund von Vorerkrankungen ein hohes Risiko für eine schwere Erkrankung haben, benötigen nach wie vor besonderen Schutz. Um Ansteckungen zu verhindern und Infektionsketten zu unterbrechen, leistet Ihr eigenverantwortliches Handeln einen entscheidenden Beitrag.

Wann besteht eine Ansteckungsgefahr mit dem Coronavirus SARS-CoV-2?

Ansteckungsgefahr besteht, wenn Sie engen Kontakt zu einer infizierten Person hatten

- bereits innerhalb von 2 Tagen vor dem Symptombeginn der infizierten Person,
- während der gesamten Zeit, in der die infizierte Person Krankheitszeichen zeigt
- und innerhalb von 2 Tagen vor Abnahme des positiven Tests bei der infizierten Person, falls diese keine Krankheitszeichen zeigt.

Ein „enger Kontakt“ ist zum Beispiel, wenn der Abstand untereinander über mehr als 10 Minuten weniger als 1,5 Meter betrug und weder die infizierte Person noch ihre Kontaktpersonen durchgehend und korrekt eine medizinische Gesichtsmaske oder eine FFP2-Maske getragen haben. Ein Gespräch zwischen infizierter Person und Kontaktperson gilt zudem immer als „enger Kontakt“, unabhängig davon, wie lang es dauert, wenn nicht beide eine Maske entsprechend getragen haben.

Die akute Ansteckungsgefahr besteht in der Regel solange, bis die infizierte Person symptomfrei ist.

Werde ich vom Gesundheitsamt kontaktiert?

Die allgemeine Quarantänepflicht für enge Kontaktpersonen wurde aufgehoben, ebenso wie die Isolationspflicht für positiv getestete Personen. An ihre Stelle sind verpflichtende Schutzmaßnahmen für positiv getestete Personen getreten: Grundsätzliche Maskenpflicht und Betretungs- sowie Tätigkeitsverbote für bestimmte Einrichtungen, in denen Menschen mit hohem Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf untergebracht sind oder ein hohes Risiko der Infektionsausbreitung besteht. In Einzelfällen kann die zuständige Kreisverwaltungsbehörde nach wie vor Quarantäne- oder Isolation anordnen. Wo dies nicht geschieht, erfolgt in der Regel jedoch keine Kontaktaufnahme mehr.

Für alle, die durch einen Kontakt mit einer infizierten Person ein Ansteckungsrisiko hatten, gilt: Eigenverantwortung ist gefragt!

Eigenverantwortlich handeln!

Empfehlungen zum Verhalten

Wer Kontakt mit einer infizierten Person in einem Zeitraum hatte, in dem eine Ansteckungsgefahr bestand, sollte für 5 Tage Folgendes beachten:

- ▶ **Kontakt zu anderen Personen einschränken**, vor allem zu Risikogruppen, die gefährdet sind, schwer an COVID-19 zu erkranken. Arbeit, wenn möglich, im Home-Office.
- ▶ **AHA+ L-Formel**: Abstand wahren, Hygieneregeln beachten, im Alltag Maske tragen (höchste Sicherheit bietet eine FFP2-Maske!) und lüften.
- ▶ **Freiwillige Testung**: Nach Kontakt mit einer infizierten Person für 5 Tage, insbesondere wenn Symptome auftreten.
- ▶ **Selbstbeobachtung**: Auf coronaspezifische Symptome achten.
- ▶ **Falls Krankheitszeichen auftreten**: Reduzieren Sie Kontakte auf ein Minimum und suchen zur Abklärung Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt auf.

Empfehlungen für Beschäftigte, die mit gefährdeten Menschen arbeiten

Wer in einem Krankenhaus, einem Alten- oder Pflegeheim oder einem ambulanten Pflegedienst beschäftigt ist und somit viele Kontakte zu Personen hat, die ein besonders hohes Risiko für einen schweren Verlauf einer COVID-19-Erkrankung haben, dem wird zusätzlich zu den allgemeinen Verhaltensregeln eine arbeitstägliche Testung empfohlen – mittels Antigentest oder Nukleinsäuretest vor Dienstantritt bis einschließlich Tag fünf nach dem Kontakt mit der infizierten Person. Dies soll verhindern, dass Kontaktpersonen eine mögliche Infektion in Risikogruppen weitertragen.

Weitere Informationen rund um COVID-19:

Coronavirus-Hotline des Landesamts für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)

09131/6808 5101

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

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