



Kontakt zu einer infizierten Person – Was ist zu tun?

Inhaltsverzeichnis

Kontakt zu einer infizierten Person – Was ist zu tun?.....	1
Wann besteht eine Ansteckungsgefahr mit dem Coronavirus SARS-CoV-2?	2
Wie sollte man sich verhalten, wenn ein Ansteckungsrisiko bestand?.....	2
Hygieneregeln und Empfehlungen bei akuten Infektionen der Atemwege	3

Kontakt zu einer infizierten Person – Was ist zu tun?

Wer Kontakt zu einer Person hatte, die mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 infiziert ist, hat möglicherweise ein hohes Ansteckungsrisiko – abhängig davon, wie eng und wie lang der Kontakt war und unter welchen Bedingungen er stattfand. Auch wenn die Immunität in der Bevölkerung heute hoch ist und COVID-Erkrankungen in den meisten Fällen nicht mehr schwer verlaufen, sollten infizierte Personen ihre Kontaktpersonen weiterhin informieren, sobald sie von ihrem positiven Testergebnis erfahren.

Wie sollte man sich als Kontaktperson verhalten? Auf dieser Seite informieren wir über Verhaltensempfehlungen. Falls Sie darüber hinaus noch Fragen haben, wenden Sie sich an Ihr Gesundheitsamt.

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

Ansteckungsgefahr besteht bei engem Kontakt zu einer infizierten Person

- bereits innerhalb von 2 Tagen vor dem Symptombeginn der infizierten Person,
- während der gesamten Zeit, in der die infizierte Person Krankheitszeichen zeigt, und auch
- 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 korrekt sitzende Maske getragen haben.

Wie sollte man sich verhalten, wenn ein Ansteckungsrisiko bestand?

Eigenverantwortung ist gefragt! Wer Kontakt mit einer infizierten Person in einem Zeitraum hatte, in dem eine Ansteckungsgefahr bestand, zum Beispiel am Arbeitsplatz, sollte für 5 Tage Folgendes beachten:

- Kontakt zu anderen Personen einschränken, vor allem zu Risikopersonen, die gefährdet sind, schwer an COVID-19 zu erkranken. Allgemeine Hygieneregeln beachten (siehe Textkasten auf Seite 3).
- Selbstbeobachtung: Wenn Sie Krankheitszeichen, wie Schnupfen, Husten und Halsschmerzen, aber auch Kopf- und Gliederschmerzen, bemerken, gilt es, Kontakte so weit wie möglich zu verringern, um nicht noch weitere Personen anzustecken. Mehr dazu unter [„Positiver Test – Was ist zu tun?“](#)
- Besondere Empfehlungen gibt es für alle, die in Einrichtungen arbeiten, in denen Personen mit einem hohen Risiko für schwere Verläufe einer SARS-CoV-2-Infektion betreut werden. Dort gelten jeweils einrichtungsinterne Hygienepläne.

Hygieneregeln und Empfehlungen bei akuten Infektionen der Atemwege

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.

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 und 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.

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

Regelmäßiges Lüften verringert die Konzentration von Erregern in der Umgebungsluft und damit das Ansteckungsrisiko.

Auch das **Tragen von Masken** (Mund-Nasen-Schutz oder FFP2-Maske) kann die Weiterverbreitung von Infektionserregern, die über die Atemluft übertragen werden, wirksam unterbinden.