

MERKBLATT ZUR EINHALTUNG VON QUARANTÄNE UND ISOLIERUNG

Das Corona-Virus ist sehr ansteckend. Es ist sehr wichtig, dass Quarantäne und Isolierung eingehalten werden. Nur so kann sich das Virus nicht weiter verbreiten.

Wer muss in Quarantäne?

Kontaktpersonen: Personen, die mit einer infizierten Person in einem Haushalt leben oder aus anderen Gründen eine Quarantäne-Anordnung vom Gesundheitsamt erhalten haben.

Reiserückkehrer: die unter folgende Regelungen fallen: https://www.hamburg.de/faq-reisen/#14762996_14762892

Die Quarantäne ist eine Vorsichtsmaßnahme. Menschen, die ein hohes Risiko haben, sich mit dem Corona-Virus angesteckt zu haben (Kontaktpersonen), müssen in Quarantäne. Wer dazu zählt, finden Sie auf: <http://t.hh.de/15727340>

Wer muss in Isolierung?

Personen, die mit dem Corona-Virus infiziert sind, müssen in Isolierung.

Hinweise zur Isolations- und Quarantänedauer sowie Ausnahmen finden Sie hier

<https://www.hamburg.de/corona-schutzimpfung/15781988/quarantae-isolation-test/>

Was gilt bei Isolierung und Quarantäne?

Bei Isolierung und Quarantäne gilt:

- Ich darf **meine Wohnung nicht verlassen**, es darf kein Besuch kommen.
- Ich darf **keine anderen Menschen/Freunde treffen**.
- Ich darf **nicht zur Schule** oder **in die Kita gehen**.
- Ich darf **nicht einkaufen** oder **arbeiten** gehen (Homeoffice ist möglich, wenn man nicht krankgeschrieben ist).
- Ich darf **nicht den Müll rausbringen** oder **zum Briefkasten gehen**.

Auch in der Wohnung muss man sehr vorsichtig sein:

- Im Zusammenleben mit positiv getesteten Personen: Alle anderen Personen sollten sich **möglichst nicht mit der kranken Person im gleichen Zimmer** aufhalten.
- Die kranke Person sollte bei Bedarf nur von wenigen und immer denselben Haushaltsangehörigen unterstützt werden.
- Bei Kontaktpersonen: So wenig Kontakt wie möglich zu den anderen Personen im Haushalt. Dabei sollte nach Möglichkeit eine **Maske** getragen werden.

Wenn die Regeln nicht eingehalten werden, kann ein Bußgeld gegen Sie verhängt werden. Werden durch Ihr Verhalten das Virus oder die Krankheit weiterverbreitet, drohen Geld- oder Freiheitsstrafe.

Für Haushaltsmitglieder von Personen, die am Corona-Virus erkrankt sind, wird empfohlen, dass sie ihre Kontakte über das Ende der Quarantäne hinaus bis zum Tag 14 nach Symptombeginn beim Erkrankten einschränken.

Welche Hygieneregeln sind wichtig?

- **Maske tragen**, wenn mehrere Menschen in einem Zimmer sind.
- Der **Mindestabstand von 1,5 m** muss immer eingehalten werden.
- **Regelmäßig gründlich die Hände waschen**, mindestens 20 Sekunden.
- **In die Armbeuge husten und niesen**.
- **Viel lüften:** Alle Fenster ungefähr 3x in der Stunde weit öffnen. Kipp-Fenster sorgen nicht für eine ausreichende Lüftung!

Wie werde ich versorgt, wenn ich in Quarantäne oder in Isolierung bin?

Wenn Sie das Haus nicht verlassen dürfen, bitten Sie Familie, Freunde und Nachbarn, Lebensmittel für Sie einzukaufen und das Geld auszulegen. Ihre Helfer sollten die Einkäufe vor der Tür abstellen, damit es keinen Kontakt bei der Übergabe gibt.

Wenn Ihnen aus dem privaten Umfeld niemand helfen kann, helfen die **Hamburger Freiwilligenagenturen** unter der Tel. 040/69 64 67 228 oder www.freiwillig.hamburg/corona-hilfe.html weiter.

Ich bin in Isolierung oder Quarantäne und fühle mich krank. Was kann ich tun?

Wenn Sie an Corona erkrankt sind oder als Kontaktperson in Quarantäne sind und es Ihnen **schlecht geht**, rufen Sie bitte **den ärztlichen Bereitschaftsdienst** unter 116117 oder Ihren Hausarzt an. Sie dürfen nicht in die Praxis gehen! Im **akuten Notfall** rufen Sie bitte die **112** an.

Weitere Informationen

Falls Sie weitere Fragen zu dem Thema Corona haben, können Sie sich an die **Corona-Hotline der Stadt Hamburg** wenden: **040/4 28 28 4000**.

Informieren Sie Ihre Kontaktpersonen, wenn Sie positiv getestet sind

Bitte helfen Sie mit, wenn Sie ein positives Testergebnis erhalten haben.

- **Nutzen Sie die Corona-Warn-App** und informieren Sie Ihre engen Kontaktpersonen, damit diese ihre Kontakte einschränken.
- **Wer als Kontaktperson gilt**, finden Sie hier: <http://t.hh.de/15727340>
- **Bitte leiten Sie Ihren engen Kontaktpersonen diese Informationen weiter** <http://t.hh.de/15727338>