

# Checkliste vor SARS-CoV-2 Infektion

Was Sie vor einer Infektion alles besorgen sollten!

## CORONA - auch eine Impfung schützt nicht vor einer Infektion!

Verharmlosen Sie nicht diesen Virus - der Krankheitsverlauf kann von leichten Symptomen bis zu intensivmedizinischer Behandlung gehen.

Circa 3-5 Tage nach einer Ansteckung entwickeln Sie die ersten Symptome. Häufig beginnt die Erkrankung plötzlich mit Halsschmerzen, Schnupfen, Husten, starken Kopf- und Gliederschmerzen. Sie fühlen sich richtig krank und erschöpft - es kann zu erhöhter Temperatur, als auch zu Fieberschüben kommen. Das Krankheitsgefühl ähnelt zu Beginn einem grippalen Infekt, der durchaus auch typisch ist für die kalte Jahreszeit. SARS CoV-2 kann auch die Nerven angreifen und somit einen Verlust von Geruchs- und Geschmackssinn verursachen. Diese neurologischen Symptome können mehrere Wochen bis Monate anhalten. Es kann zu Atemnot, Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen als auch Durchfall kommen. Bei mittel bis schweren Verläufen kommt es zu Sättigungsabfällen im Blut, weshalb Ihr Gehirn und die Organe nicht mehr mit genügend Sauerstoff versorgt werden.

Wenn Sie Glück und einen leichten Verlauf haben, klingt die Erkrankung in ca. 10 Tagen ab.

**Eine vollständige Immunisierung mit einem Corona-Impfstoff schützt nicht vor einer Infektion. Allerdings ist die Wahrscheinlichkeit eines schweren Verlaufes deutlich geringer.**

1

### SYMPTOME

Fieberschübe, Gliederschmerzen, Erkältungssymptome, Verlust Geruchs- und Geschmackssinn, Übelkeit, Erbrechen, Atemnot

2

### DAUER

Je nach Verlauf dauert die Erkrankung 10 bis 21 Tage. Je schwerer der Verlauf, desto länger leiden Sie unter Symptomen.

3

### VERLAUF UND FOLGEN

Es kann Wochen bis Monate dauern, dass Sie sich wieder 100% belastbar fühlen und neurologische Beschwerden abklingen.



### Bleiben Sie zuhause!

Vermeiden Sie engen Kontakt zu anderen Personen in Ihrem Haushalt.



### Medikamente und Lebensmittel auf Vorrat besorgen



### Notfallnummer

144 - Rettung

141 - hausärztlicher Notdienst

## Wie kann ich mich am Besten vorbereiten zuhause?

- Lebensmittel und Getränke für 2 Wochen und zusätzlich Organisation eines Einkaufsdienstes über Familie/Freunde bzw. die Gemeinde
- Dauermedikamente für 1 Monat
- Fieberthermometer, Taschentücher, Wärmflasche, Inhalator, Rotlichtlampe, Pulsoximeter für die Messung der Sauerstoffsättigung, Blutdruckmessgerät, Diabetiker: Lancetten/Teststreifen für das Blutzuckermessgerät
- Bedarfmittel:  
Paracetamol/Mefenam/NeoCitran/MexaVit/...  
Mexalen/Nureflex für Kinder  
Nasenspray  
Halslutschtabletten  
Schleimlösend und Hustenreiz stillende Medikamente
- Hygieneartikel für die tägliche Körperpflege, Waschmittel für Wäsche und Geschirrspüler, Toilettenpapier
- Müllsäcke
- Beschäftigungsmaterial ggf. auch für Ihre Kinder (Bücher, Fernseher, Radio, Hobby,...)
- Tierfutter

## Wie gehe ich vor bei suspekten Symptomen?

- Wenn Sie einen Wohnzimmertest auf Corona zuhause haben, führen Sie diesen streng nach und richtig Anleitung durch.
- Sollte dieser innerhalb von 15 Minuten positiv sein, können Sie entweder 1450 informieren oder Ihren Hausarzt.
- Wenn Sie einen positiven Test in den Händen halten und überlegen keine Meldung durchzuführen, besteht die Gefahr, dass Sie andere Menschen, Kinder und

Personen, die der Risikogruppe angehören, einer gesundheitlichen Gefahr aussetzen. Sie können nichts für Ihre Infektion, können aber bei wissentlicher/absichtlicher Ansteckung strafrechtlich belangt werden, weil SARS-CoV-2 eine meldepflichtige Erkrankung ist.

- Um den Antigen Test zu bestätigen, wird ein PCR Test notwendig sein, der im Labor ausgewertet wird. Das Ergebnis wird ca. 2-5 Tage. Sie sind allerdings sofort nach Abnahme des PCR Tests vorläufig abgesondert und dürfen nicht mehr Ihren Wohnsitz verlassen!
- Bei einem positivem Antigen Test können Sie mit Ihrem Hausarzt Kontakt telefonisch oder per E-Mail Kontakt aufnehmen um die weitere medizinische Versorgung zuhause zu besprechen.
- Informieren Sie bitte selbstständig alle Menschen, mit denen Sie in den letzten 3-5 Tagen persönlichen Kontakt hatten und weisen sie darauf hin, dass es eventuell zu einer Infektion gekommen ist.
- Wenn Sie Kinder haben, bitte informieren Sie die Kinderbetreuungseinrichtung bzw. Schule.
- Bitte informieren Sie Ihren Arbeitgeber. Wenn Sie sich arbeitsunfähig fühlen, nehmen Sie telefonisch Kontakt zu Ihrem Hausarzt auf. Grundsätzlich kann der Arbeitgeber auch Homeoffice von Ihnen verlangen.

### **ABER ICH BIN DOCH GEIMPFT!**

Ja, dennoch können Sie sich infizieren und bei einem positivem PCR Abstrich auch abgesondert werden. Grundsätzlich besteht auch die Möglichkeit, dass Sie jemanden anstecken! Es obliegt der zuständigen Bezirksverwaltungsbehörde, wann sich ein geimpfter CoVid-Patient wieder in einer Teststraße freitesten darf.