

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.

Das Gesundheitsamt entscheidet, wer in Quarantäne oder Isolierung muss und für wie lange. Das Gesundheitsamt sagt Ihnen, wann die Quarantäne oder Isolierung vorbei ist.

Wer muss in Quarantäne?

- Kontaktpersonen: Personen, die *engen Kontakt* zu einem Menschen hatten, der mit dem Corona-Virus infiziert ist (gleicher Haushalt oder auch Freunde, Arbeit, Schule usw.)
- Personen, die aus einem vom RKI ausgewiesenen Hochrisikogebiet oder Virusvariantengebiet einreisen.

Wer muss in Isolierung?

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

Was bedeuten Isolierung und Quarantäne?

Isolierung: Wenn eine Person mit dem Corona-Virus infiziert ist, dann muss diese von anderen Menschen isoliert werden, damit das Virus nicht weitergegeben werden kann. Die infizierte Person darf keinen Kontakt zu anderen Menschen haben, bis sie/er wieder gesund ist. Das Gesundheitsamt bestimmt die Dauer der Isolierung.

Quarantäne: Lebt eine mit Corona infizierte Person mit anderen Menschen zusammen in einer Wohnung, dann sind auch alle anderen unter Quarantäne. Niemand darf die Wohnung verlassen, bis die Quarantäne vom Gesundheitsamt aufgehoben wird. Die Quarantäne ist eine Vorsichtsmaßnahme. Menschen die unter Quarantäne stehen, müssen nicht krank sein.

Kontaktpersonen (Personen, die *engen Kontakt* zu einem Menschen hatten, der mit dem Corona-Virus infiziert ist), müssen auch in Quarantäne. Lebt die Kontaktperson mit anderen Menschen in einer Wohnung zusammen, müssen diese nicht in Quarantäne, so lange die Kontaktperson nicht an Corona erkrankt ist. In eine Wohnung mit Kontaktperson sollten keine Besucher kommen. Abstand halten und Hygieneregeln einhalten sind sehr wichtig.

Bei Isolierung und Quarantäne gilt:

- Ich darf **meine Wohnung nicht verlassen**.
- 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 in Quarantäne möglich, wenn man nicht krank 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.

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.

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 mindestens 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** weiter: www.freiwillig.hamburg/corona-hilfe.html oder Tel. 040/69 64 67 228.

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**.

Das Gesundheitsamt kontaktiert nach einem positiven Testergebnis die infizierte Person sowie deren enge Kontakte. Sind viele Menschen an Corona erkrankt, kann dies etwas dauern. Wenn Sie bereits vorher erfahren, dass Sie engen Kontakt zu einer infizierten Person hatten, bleiben Sie bitte bis zum Anruf des Gesundheitsamts zu Hause.

Das Gesundheitsamt muss Sie unangemeldet und kurzfristig kontaktieren können, wenn Sie in Quarantäne sind. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie unter der angegebenen Telefonnummer und E-Mail-Adresse erreichbar sind.

Bitte helfen Sie mit, wenn Sie ein positives Testergebnis erhalten haben. Nutzen Sie die Corona-Warn-App und informieren Sie Ihre engen Kontaktpersonen, sie können sich dann selbst in Quarantäne begeben und damit andere Menschen schützen.