

Sollten Fragen offenbleiben, stehen wir unter der

**Info-Hotline des Gesundheitsamts**

Tel.: 07541 204-3300

von Montag bis Freitag von 09:00 bis 16:00 Uhr  
(nicht an Feiertagen)

zur Verfügung.

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung und hoffen, dass Sie die nächsten Tage in guter Gesundheit verbringen.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Gesundheitsamt

**Unterstützung**

**Corona - Wir helfen einander:**

Im Bodenseekreis gibt es mittlerweile zahlreiche Nachbarschaftshilfe-Angebote. Eine Übersicht finden Sie auf unserer Internetseite unter:  
[www.bodenseekreis.de/wirhelfeneinander](http://www.bodenseekreis.de/wirhelfeneinander)

**Beratungsangebote für besondere Lebenslagen in der Corona-Zeit:**

Es stehen Ihnen in dieser besonderen Situation verschiedene telefonische Beratungsangebote, wie z. B. zu den Themen Psyche, Gesundheit, Familien und Kinder etc., zur Verfügung:  
[www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/beratung-in-der-krise](http://www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/beratung-in-der-krise)

**Landratsamt Bodenseekreis  
Gesundheitsamt**

Albrechtstraße 75  
88045 Friedrichshafen

**Weitere Informationen:**

[www.bodenseekreis.de/corona](http://www.bodenseekreis.de/corona)  
[www.rki.de](http://www.rki.de)  
[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

**Informationen  
zum Corona-Virus**  
für Kontaktpersonen  
Kategorie 2  
(geringes Infektionsrisiko)



In Ihrem Umfeld ist ein bestätigter Fall einer Covid-19 Infektion aufgetreten (Corona-Virus) und Sie gelten als Kontaktperson der Kategorie 2.

### Wer sind Kontaktpersonen der Kategorie 2?

- ▶ Personen, die sich im selben Raum wie ein bestätigter COVID-19-Fall aufhielten, z. B. Klassenzimmer oder Arbeitsplatz, jedoch keinen kumulativ mindestens 15-minütigen Gesichtskontakt („face-to-face“) mit dem COVID-19-Fall hatten.

### Wie lange gelten Sie als Kontaktperson?

- ▶ Als Kontaktperson gilt man für einen Zeitraum von insgesamt 14 Tagen nach dem letzten Kontakt zum Erkrankten.
- ▶ Ein negatives Abstrich-Ergebnis verkürzt die 14-tägige Frist nicht.

Trotz der zunehmenden Lockerungen der Maßnahmen zum Schutz vor Covid-19-Infektionen sind für Personen, die Kontakt zu Erkrankten hatten, Einschränkungen ihrer Kontakte dringend empfohlen, um eine Weiterverbreitung des Erregers zu unterbinden.

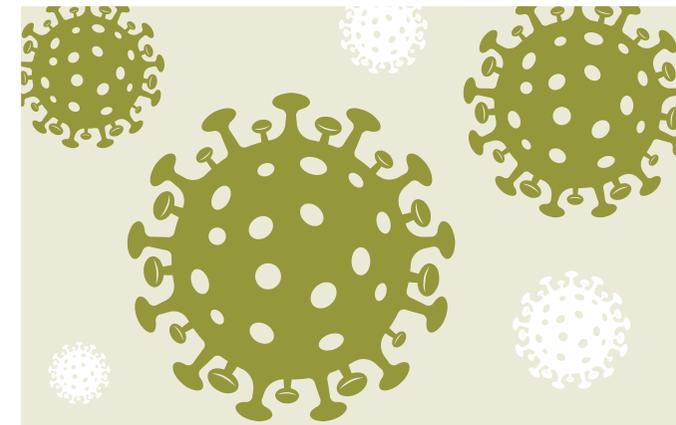
**Suchen Sie keinen Arzt oder das Krankenhaus auf ohne vorherige telefonische Rücksprache.**

### Was sollten Sie beachten?

**Es handelt sich hierbei um eine dringende Empfehlung und nicht um eine amtliche Quarantäne-Anordnung.**

Allgemeine Empfehlungen:

- ▶ Generell sollten Sie Kontakte zu anderen Personen auf das unbedingt Nötige beschränken. Verzichten Sie auf nicht erforderliche, vor allem private Kontakte. Vermeiden Sie auf alle Fälle Menschenansammlungen.
- ▶ Halten Sie sich von Risikopersonen fern.
- ▶ Beachten Sie einen Mindestabstand von mindestens 1,5 Metern.
- ▶ Achten Sie auf Händehygiene. Waschen Sie sich regelmäßig und gründlich mit Seife Ihre Hände.
- ▶ Benützen Sie beim Niesen ein Papiertaschentuch oder die Ellenbeuge.
- ▶ Desinfizieren Sie Flächen und Türklinken - soweit Desinfektionsmittel verfügbar - regelmäßig.
- ▶ Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes kann die Übertragung von Krankheitserregern durch Sekrettröpfchen auf andere reduzieren.
- ▶ Sprechen Sie gegebenenfalls mit Ihrem Arbeitgeber. Eventuell besteht die Möglichkeit von Home-Office. Grundsätzlich ist keine Entschädigung für einen potenziellen Verdienstaufschlag nach § 56 IfSG möglich.
- ▶ Eigenständige 14-tägige Überwachung des Gesundheitszustandes.



Sollten bei Ihnen bis einschließlich 14 Tage nach dem letzten Kontakt zum COVID-19-Erkrankten folgende grippeartige Symptome auftreten, wie insbesondere:

- ▶ Fieber/Schüttelfrost
- ▶ Beeinträchtigung von Geruchs-/Geschmackssinn
- ▶ Husten
- ▶ Atemnot/Schmerzen beim Atmen
- ▶ Gliederschmerzen
- ▶ Halsschmerzen und/oder Schnupfen
- ▶ Abgeschlagenheit

muss an eine Covid-19-Infektion gedacht werden. In diesem Fall wenden Sie sich bitte umgehend **telefonisch** an Ihre Hausarztpraxis und vermeiden Sie soweit möglich Kontakte zu anderen Personen. Eine Testung auf das SARS-CoV-2-Virus wird empfohlen. Ihr Hausarzt wird dann das weitere Vorgehen mit Ihnen besprechen.

Falls die Hausärztin/der Hausarzt nicht erreichbar ist, kontaktieren Sie bei schweren Symptomen den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Rufnummer **116 117** oder den Notarzt unter **112**.