



COVID-19

Isolation bei positivem Nukleinsäuretest

Ergänzende Informationen zur Bekanntmachung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege vom 31. August 2021, Az. G5ASz-G8000-2020/122-925, zuletzt geändert durch Bekanntmachung vom 15. September 2021, Az. G51z-G8000-2021/505-267

Das Coronavirus SARS-CoV-2 hat sich weltweit mit großer Geschwindigkeit verbreitet. In vielen Fällen verläuft die Infektion, die als COVID-19 bezeichnet wird, mild, ähnlich wie eine Erkältung mit Husten, Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen oder Schnupfen, nicht selten sind Störungen des Geruchs- oder Geschmacksinns. Manchmal fehlt aber auch jedes Krankheitszeichen („asymptomatischer Verlauf“). Andererseits kommt es immer wieder zu schweren Verläufen.

Bestimmte Personengruppen, insbesondere Menschen mit ernstesten Vorerkrankungen, die nicht geimpft sind, haben ein höheres Risiko dafür. Sie brauchen unseren besonderen Schutz. Es gilt, Ansteckungen zu verhindern und Infektionsketten zu unterbrechen. Dazu leisten Quarantäne und Isolation einen entscheidenden Beitrag.

Verpflichtung zur Isolation

Für alle Personen, denen ein positives Ergebnis eines Nukleinsäuretests (z. B. PCR-Test) auf das Coronavirus mitgeteilt wird, gilt: Sie sind aufgrund staatlicher Anordnung verpflichtet, sich unverzüglich in Isolation zu begeben und das zuständige Gesundheitsamt über das positive Testergebnis zu informieren. Das Gesundheitsamt unterrichtet Sie über das weitere Vorgehen und trifft alle notwendigen Anordnungen.

Die Verpflichtung zur Isolation und die damit verbundenen Regeln sind festgelegt in der Allgemeinverfügung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes (IfSG), deren verfügenden Teil Sie zusammen mit dieser Information erhalten haben.

Die Isolation endet bei asymptomatischem Krankheitsverlauf frühestens 14 Tage nach dem Erstdiagnose, also 14 Tage nach dem Test. Verläuft die Infektion mit leichten Krankheitszeichen, endet die Isolation frühestens nach 14 Tagen und Symptomfreiheit seit mindestens 48 Stunden. Über die Beendigung entscheidet das zuständige Gesundheitsamt, Voraussetzung ist ein negativer Abschlusstest.

Wissenswertes zu Verhalten und Hygiene

► *Wo erfolgt die Isolation?*

Die Isolation muss in einer Wohnung oder einem anderen räumlich abgrenzbaren Teil eines Gebäudes erfolgen; die meisten Betroffenen wählen dafür die eigene Wohnung. Diese dürfen Sie während der Isolation nicht verlassen. Zeitweise und alleine auf den Balkon, die Terrasse oder in den eigenen Garten zu gehen, wenn dieser direkt an das Haus anschließt und nicht gemeinschaftlich genutzt wird, ist aber erlaubt.

► *Unterstützung von außen:*

Bitten Sie Angehörige, die nicht in Ihrem Haushalt leben, Freunde oder Bekannte um Unterstützung, etwa für Einkäufe und wichtige Besorgungen. Landesweit gibt es außerdem eine Vielzahl ehrenamtlicher Hilfsangebote. Viele davon sind mit Kontaktmöglichkeiten online verzeichnet, bei der Suche helfen aber auch die Gemeinden oder das Gesundheitsamt vor Ort telefonisch weiter.

► *In Kontakt mit dem Gesundheitsamt:*

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Contact Tracing Teams des Gesundheitsamtes können während der Isolation Kontakt zu Ihnen halten, Ihren Gesundheitszustand und die Beachtung der Maßnahmen erfragen und sich auch erkundigen, ob Sie Hilfe oder Unterstützung benötigen.

► *Sollte sich Ihr Gesundheitszustand während der Isolation verschlechtern oder anderweitig ärztliche Hilfe nötig sein,*

verständigen Sie bitte Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt, den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns unter der Telefonnummer **116 117** oder gegebenenfalls den Notarzt. Weisen Sie beim Anruf unbedingt darauf hin, dass Sie sich in Isolation befinden, weil Sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden. Bitte informieren Sie auch das Gesundheitsamt.

Was ist während der Isolation zu beachten?

Während der Isolation ist es wichtig, sich so gut wie möglich von den anderen Mitgliedern des Haushalts fernzuhalten, um diese nicht mit dem Coronavirus anzustecken. Das bedeutet vor allem:

- ▶ **So wenig Zusammentreffen wie möglich:**
Verringern Sie die Kontakte zu Ihren Mitbewohnern und halten Sie Abstand von mindestens 1,5 Metern. Die Begegnungen sollten möglichst kurz sein und alle sollten einen Mund-Nasen-Schutz tragen.
- ▶ Auch Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts – zum Beispiel zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden oder Bekannten – sollten unterbleiben. Bitten Sie darum, dass Lieferungen vor dem Eingang abgelegt werden.
- ▶ Schlafen Sie in einem separaten Zimmer und halten Sie sich auch tagsüber alleine in einem Raum auf. Gemeinsam genutzte Räume wie Küche und Bad sollten zeitlich versetzt betreten werden, Mahlzeiten werden nicht gemeinsam eingenommen. Wichtig: Alle Räume gut lüften!
- ▶ **Wie die Isolation für Kinder altersgerecht gestaltet wird,** damit Eltern und Kinder gemeinsam gut durch diese Zeit kommt, dazu berät das Gesundheitsamt Familien individuell.
- ▶ **Gründliche Reinigung:** Wenn Badezimmer, WC oder Küche gemeinsam genutzt werden, müssen die Kontaktflächen gründlich gereinigt werden, nachdem Sie diese benutzt haben. Dafür reichen hausübliche Putzmittel aus. Für jeden Bewohner sind eigene Handtücher vorzuhalten, die regelmäßig gewechselt und gewaschen werden.
- ▶ Sammeln Sie Ihre Wäsche in einem verschlossenen Plastikbeutel und waschen Sie diese möglichst bei mindestens 60° Celsius mit einem handelsüblichen Waschmittel.
- ▶ Ihre Abfälle, insbesondere Taschentücher und andere Materialien, die infektiös sein können, müssen im Krankenzimmer in einem verschließbaren Behälter gesammelt werden. Entsorgen Sie den Müllsack verschlossen im Restmüll.

Weitere Informationen rund um COVID-19:

Coronavirus-Hotline der Staatsregierung

089 / 122 220

www.bayern.de: „Coronavirus – auf einen Blick“

www.stmgp.bayern.de/coronavirus, die Informationsseite des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege



Die Allgemeinverfügung Isolation finden Sie mit Übersetzungen sowie barrierearmen Erläuterungen auf unserer Webseite <https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Isolation>

Was müssen Ihre Familie und andere enge Kontakte wissen?

- ▶ **Angehörige und andere Personen, die während der Isolation mit Ihnen im Haushalt leben, sollten bei guter Gesundheit und ohne Vorerkrankungen sein.** Ältere Menschen und Personen mit Risikofaktoren wie chronischen Erkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem sollten in dieser Zeit nicht anwesend sein.
- ▶ **Alle Personen, die mit Ihnen im Haushalt leben, gelten als enge Kontaktpersonen und stehen damit ebenfalls unter Quarantäne.** Bitte informieren Sie Ihre Haushaltsangehörigen und andere enge Kontakte über Ihre Infektion. Enge Kontakte, die weder geimpft noch genesen sind, sollten sich beim Gesundheitsamt melden. Sollten sich bei Kontaktpersonen Krankheitszeichen zeigen, muss das Gesundheitsamt verständigt werden.

Wichtige Hygieneregeln

- ▶ **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, das Sie dann sofort in einem verschließbaren Müllbeutel entsorgen.
- ▶ **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,
 - 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.

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

Alles Gute für Ihre Gesundheit!