

Informationen zu SARS-CoV-2 (Coronavirus)

Liebe Assistenznehmer*innen,

aufgrund der neu aufgetretenen Viruserkrankung COVID-19, die durch das Coronavirus SARS-CoV-2 ausgelöst wird, haben wir dieses Informationsblatt erstellt. Es enthält grundsätzliche Informationen zum Infektionsrisiko und zur Erkrankung, sowie zu Maßnahmen, durch die Sie das Infektionsrisiko für sich und andere vermindern können.

Übertragung des Erregers (nach aktuellem Kenntnisstand)

- von Mensch zu Mensch durch Tröpfcheninfektion beim Atmen, Husten oder Niesen. Andere Übertragungswege sind zurzeit nicht bestätigt.
- Hohes Ansteckungsrisiko besteht dort, wo Menschen in größerer Zahl auf engem Raum versammelt sind. Neben Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen, Arztpraxen, Schulen und Kindertagesstätten sind dies z.B. auch Großveranstaltungen, Kinos, öffentliche Verkehrsmittel oder Kaufhäuser
- Die Inkubationszeit, d.h. die Zeitspanne zwischen Ansteckung und ersten Krankheitszeichen, beträgt nach jetzigem Kenntnisstand ca. 14 Tage. In diesem Zeitraum kann das Virus bereits an andere Menschen weitergeben werden.

Erkrankung (COVID-19), die durch das Coronavirus ausgelöst wird

Das Coronavirus führt zu einer Atemwegserkrankung mit folgenden Symptomen:

- Husten, Halskratzen
- Fieber
- allgemeines Krankheitsgefühl
- in Einzelfällen Durchfall

Bei älteren und chronisch kranken Menschen kann eine Infektion zu einem schweren Krankheitsverlauf führen. In diesem Fall sind die oben genannten Symptome verstärkt. Zusätzlich treten Atemprobleme auf, und es kann zu einer Lungenentzündung kommen.

Ein tödlicher Verlauf ist möglich, aber selten und liegt bei unter 2 % aller Erkrankten.

Was ist ein Verdachtsfall?

- Die Ausbreitung des Virus in Deutschland ist zurzeit gering.
- Als Verdachtsfälle gelten symptomatische Personen, die Kontakt mit einem Erkrankungsfall hatten oder symptomatische Personen nach Rückkehr (innerhalb von 14 Tagen vor Auftreten der Symptome) aus einem Risikogebiet.
- Wenn Sie ein Verdachtsfall sind, nehmen Sie bitte umgehend telefonischen Kontakt mit der Hotline der Senatsverwaltung für Gesundheit (siehe unten) oder mit Ihrem Hausarzt*Hausärztin bzw. bei schwerer Symptomatik mit der Rettungsstelle auf.
- Wenn Sie keine Symptome haben, aber Kontakt mit einer erkrankten Person hatten oder in einem Risikogebiet waren, nehmen Sie Kontakt mit der Hotline der Senatsverwaltung auf.
- Bei Menschen, bei denen ausschließlich die oben aufgeführten Krankheits-symptome auftreten, handelt es sich nicht um Verdachtsfälle für eine Erkrankung an SARS-CoV-2. Die Symptome können auch bei anderen Erkrankungen (Erkältung, Grippe) auftreten und das Risiko, daran erkrankt zu sein ist deutlich höher.

Allgemeine Verhaltensregeln zur Vermeidung einer Ansteckung an SARS-CoV-2 (auch wirksam zur Vermeidung von Erkältungskrankheiten und Grippe):

- Vermeiden Sie soweit möglich Menschenansammlungen und den engen Kontakt zu anderen Menschen. Halten Sie, wenn möglich, 1 - 2 m Abstand zu anderen Menschen.
- Vermeiden Sie es, andere anzuhusten oder anzuniesen; benutzen Sie Einmaltaschentücher und entsorgen Sie diese möglichst sofort in geschlossenen Müllbehältern. Husten Sie „hygienisch“, d.h. nicht in die Hand, sondern am besten in den Ärmel.
- Vermeiden Sie Händekontakt.
- Vermeiden Sie Berührungen von Augen, Nase oder Mund – auch bei sich selbst.
- Waschen Sie sich oft und gründlich die Hände, z.B. nach Personenkontakt, Benutzung von Sanitäreinrichtungen, vor dem Essen und dem Zubereiten von Nahrungsmitteln.
- Lüften Sie Räume oft und gründlich.

Hygieneregeln zur Vermeidung einer Weiterverbreitung des Erregers:

Durch folgende einfache Hygieneregeln können Sie das Risiko vermindern, sich oder andere anzustecken:

1. Händehygiene

Desinfizieren oder waschen Sie ihre Hände in folgenden Fällen:

- Wenn Sie nach Hause kommen
- Vor und nach der Zubereitung von Speisen
- Vor den Mahlzeiten
- Nach dem Besuch der Toilette
- Nach Kontakt mit erkrankten Menschen
- Nach Kontakt mit Tieren

Sollte keine Möglichkeit bestehen, die Hände zu desinfizieren, waschen sie ihre Hände gründlich mit Wasser und Seife/ Waschlotion.

! Achten Sie auch auf die Händehygiene der bei Ihnen tätigen Assistent*innen !

2. Wohn- und Sanitärhygiene

- Die Reinigung der Wohnung mit freiverkäuflichen Haushaltsreinigern ist ausreichend.
- Achten Sie darauf, dass insbesondere Flächen gereinigt werden, die viel mit den Händen berührt werden, wie Türklinken, Lichtschalter, Sanitärbereich, Arbeitsflächen auf denen Lebensmittel verarbeitet werden.
- Sorgen Sie für eine regelmäßige Raumlüftung.

Besondere Empfehlung für die Risikogruppe, zu der Sie möglicherweise zählen, sind **Schutzimpfungen** gegen Grippe, Pneumokokken und Keuchhusten. Wenn Sie sich impfen lassen wollen, setzen Sie sich bitte mit Ihrem*Ihrer Hausarzt*-ärztin in Verbindung.

Sollten Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihre zuständige Pflegefachkraft.

Weitere Informationen finden Sie auch hier:

- **Hotline** der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung:
030 / 9028-2828 täglich 8.00 – 20.00 Uhr
insbes. für Menschen, die befürchten, sich angesteckt zu haben

- **Robert-Koch-Institut:**
www.rki.de/ncov
umfangreiche Informationen zu Erreger, Erkrankung, Ausbreitung, Risikogebieten etc.
- **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):**
www.infektionsschutz.de
Informationen zur Erkrankung und zum Infektionsschutz
- **Auswärtiges Amt:**
www.auswaertiges-amt.de
Informationen zu Auslandsreisen
- **Weltgesundheitsorganisation (WHO):**
www.who.int
aktuelle Fallzahlen, wissenschaftliche Publikationen etc.

Mit freundlichen Grüßen

Birgit Wlosinski (Pflegedienstleitung)