

Wichtige Informationen für Covid-19 Infizierte

Bei Ihnen wurde aktuell das Covid-19 Virus nachgewiesen. Das bedeutet, dass Sie sich ab sofort isolieren müssen, denn Sie können das Virus an andere Personen weitergeben. Das gilt leider auch, wenn Sie bereits geimpft sind und/oder keine Symptome aufweisen.

Der Zeitraum, in dem Sie sich isolieren müssen, beträgt im Allgemeinen 10 Tage. Sofern Sie Symptome haben, beginnen die 10 Tage mit dem Tag des ersten Auftretens der Krankheitszeichen. Sollten keine Symptome bestehen, dann beginnt die Isolierungszeit mit dem Tag, an dem der positive Test gemacht wurde.

Mit Ablauf des 10. Tages (siehe Bescheid des Landkreises Verden) endet dann die Isolierungszeit. Sie erhalten automatisch eine Bescheinigung über das Ende Ihrer Isolierungszeit und den Genesenen-Nachweis per Post.

Was müssen Sie während der Isolierungszeit beachten:

- Sie dürfen Ihre Wohnung nicht verlassen und keine Besuche empfangen.
- Lassen sich Begegnungen nicht vermeiden, Abstand halten und Maske tragen.
- Bleiben Sie nach Möglichkeit allein in einem gut belüftbaren Einzelzimmer, schlafen Sie allein.
- Haushaltspersonen sollten sich in anderen Räumen aufhalten oder, falls dies nicht möglich ist, einen Mindestabstand von mindestens 1,5 m zu Ihnen einhalten. Alternativ: die Nutzung gemeinsamer Räume sollte auf ein Minimum begrenzt werden und möglichst zeitlich getrennt (z. B. nacheinander) erfolgen.
- Nehmen Sie keine gemeinsamen Mahlzeiten ein.
- Stellen Sie sicher, dass Räume, die von mehreren Personen genutzt werden (z. B. Küche, Bad) regelmäßig gut gelüftet werden.
- Vermeiden Sie engen Körperkontakt, auch zu Kindern, wenn möglich.
- Achten Sie auf Husten- und Nies-Etikette und gute Handhygiene.
- Beobachten Sie Ihren Gesundheitszustand, bei Verschlechterung kontaktieren Sie Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt (telefonisch!). Falls Sie Symptome haben, lassen Sie sich bitte eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausstellen, so lange diese Symptome bestehen.
- Besonders, wenn kleinere Kinder von Isolierungsmaßnahmen betroffen sind, müssen die empfohlenen Maßnahmen mit Augenmaß umgesetzt werden, die Bedürfnisse des Kindes sollten berücksichtigt werden.

Wie erfolgt Ihre Entlassung aus der Isolierung?

Mit Ablauf des 10. Tages der Isolierung endet diese, wenn es Ihnen schon **seit mindestens 48 Stunden wieder gut** oder wenigstens deutlich bessergeht. Sollte das noch nicht so sein, melden Sie sich bitte bei uns. Bewohnerinnen und Bewohner von Alten- und Pflegeheimen sowie schwer Erkrankte benötigen am Isolationsende noch einen Test.

Wie können Sie verkürzen?

Sie können die Isolierungszeit auch verkürzen, indem Sie, wenn Sie bereits seit 48 Stunden keine oder fast keine Symptome mehr haben, am **7. Tag** einen qualifizierten Schnelltest durchführen lassen.

Dafür vereinbaren Sie bitte einen Termin in einem der Bürgertestzentren.

Auf der Homepage des Landkreises Verden finden Sie eine Übersicht:

<https://www.landkreis-verden.de/portal/schnelltest.de>

Das DRK erreichen Sie z. B. unter: <https://www.rotkreuz-verden.de>.

Mitarbeitende in Krankenhäusern und Pflegeheimen sowie Einrichtungen der Eingliederungshilfe sollten aber unbedingt einen PCR-Test durchführen lassen.

Den negativen Test reichen Sie bitte dann bitte unbedingt unter corona-quarantaene@landkreis-verden.de beim Landkreis Verden ein. **Bitte übermitteln Sie ein Scan/Foto des Originaltests** und bitte keinen QR-Code der Corona-Warn-App oder Ähnliches.

Sonstige wichtige Hinweise

Auch Ihre im **Haushalt lebenden Kontaktpersonen** müssen in Quarantäne, wenn sie nicht frisch vollständig geimpft oder genesen sind (max. 3 Monate her) oder bereits eine Boosterimpfung hatten.

Als selbst betroffene, positiv getestete Person sind Sie per Verordnung (Niedersächsische SARS-CoV-2-Absonderungsverordnung, siehe Internetseite des Landkreises Verden) dazu verpflichtet, diese über den sofortigen Beginn von deren Quarantäne zu informieren.

Diese erhalten dann ebenfalls einen Bescheid des Landkreises.

Die Quarantäne für Kontaktpersonen dauert im Allgemeinen 10 Tage, gezählt ab dem Tag nach dem Symptombeginn bei Ihnen oder, sofern Sie keine Krankheitszeichen zeigen, ab dem Tag Ihres positiven Tests.

Sie sind per Verordnung weiterhin verpflichtet, Ihre „**engen Kontaktpersonen**“ (Definition s. Merkblatt) ebenfalls alle zu informieren, in einer Liste zusammenzustellen und diese Liste dem Gesundheitsamt mit vollständigen Angaben zur Verfügung zu stellen.

Alle nötigen Unterlagen dazu finden Sie auf der Internetseite des Landkreises Verden.

Sollten Sie weitere Fragen haben, nutzen Sie bitte die umseitig genannten Kontaktdaten. Allgemeinen Informationen finden Sie auch unter www.infektionsschutz.de/coronavirus, www.niedersachsen.de/coronavirus oder www.rki.de/covid-19 .