

Dr. med.univ. Victoria Pichler-Hösele
Am Kirchbichl 7
8733 St. Marein
03515/4366

Liebe Gemeindebevölkerung,

Da vielerorts Unklarheit über das Verhalten in Selbstisolation/Heimquarantäne herrscht, habe ich Ihnen eine Grafik sowie die wichtigsten Punkte dazu zusammengefasst:

Bei Symptomen:

COVID-19 ANTIGENSCHNELLETEST im 10-min Takt

Terminvergabe mit telefonischer Voranmeldung
Tel: 035154366

Montag: 19:00 - 20:00 Uhr
Mittwoch: 15:00 - 16:00 Uhr
Freitag: 15:00 - 16:00 Uhr

Am Parkplatz der Ordination
am Kirchbichl 7 (mittleres Fenster - siehe Grafik)



Um Ansteckungen und Kontakt mit anderen Patienten vorzubeugen, werden die Testungen nach vorgegebenen Terminen an oben genannten Tagen nur außerhalb der Ordinationszeiten und außerhalb der Räumlichkeiten der Ordination angeboten

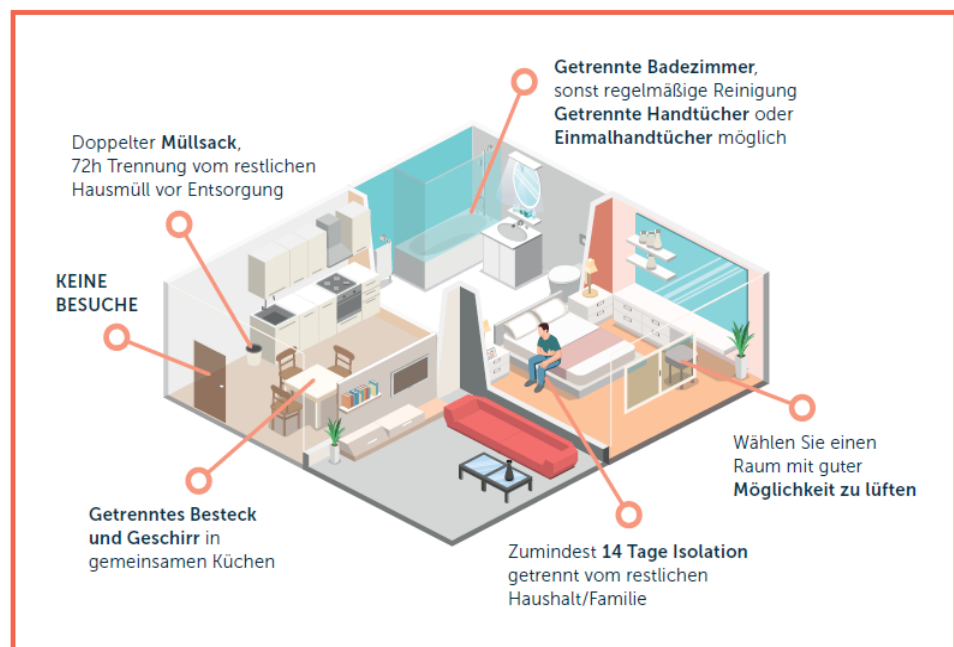
Bei positivem COVID-19 Test → Selbstisolation:

SELBSTISOLATION/ HEIMQUARANTÄNE

Kontakt 1450 -
Meldung der
Selbstisolation

Bei Verschlechterung
der Symptome/fehlender
Besserung > 7 Tage:
Kontakt mit dem
Hausarzt oder 1450.

Bei akuter, kritischer
Verschlechterung/
Notfall: 144
COVID-Verdacht melden!



Wichtigste Infos - Häusliche Isolierung bei Covid -19

- Bringen Sie den/die Erkrankten in einem separaten, gut lüftbaren Einzelzimmer unter (in Folge „Isolierzimmer“)
- Erkrankte sollten sich nicht in gemeinschaftlich genutzten Räumen aufhalten. Falls unvermeidlich, für eine gute Durchlüftung dieser Räume sorgen (z.B. mit offenem Fenster), Abstand halten – ggf. auch Masken tragen. Der/die Erkrankte sollte ein ausschließlich eigenes Geschirr und Besteck benutzen. Falls der Haushalt über zwei Toiletten verfügt, sollte eine davon ausschließlich dem Patienten zur Verfügung stehen.
- Falls ein Einzelzimmer nachts nicht möglich ist, sollten der/die Erkrankte in einem Einzelbett mit mindestens einem Meter Abstand Bett zu Bett schlafen
- Halten Sie die Anzahl der pflegender/betreuender Kontaktpersonen gering. Optimal: nur eine Person hat Kontakt - diese sollte in einem guten Gesundheitszustand, frei von chronischen Erkrankungen und nicht immungeschwächt sein.
- Achten Sie auf eine **ausreichende Händehygiene (ALLE)**: Hände waschen vor der Essenzubereitung und dem Essen, nach der Toilette und wann immer notwendig (nach Husten, Niesen, Schnäuzen, dreckig...). Nach Kontakt mit Erkrankten oder seiner unmittelbaren Umgebung sowie beim Verlassen des Zimmers: Händewaschen/Händedesinfektion durchführen (3ml Lösung auf die Handflächen, mind. 30 Sekunden einreiben)
- Besorgen Sie sich ein handelsübliches Händedesinfektionsmittel mit viruzider Wirkung (Gel oder Spray auf Alkoholbasis; "begrenzt viruzid" ausreichend) und platzieren Sie es gut erreichbar am Ausgang des Isolierzimmers
- Verwenden Sie Einmal-Handtücher oder Küchenrolle zum Händetrocknen.
- Greifen Sie sich während der Zeit im Isolierzimmer (Kontaktphase) nicht ins Gesicht (Augen, Nase).
- **Erkrankte sollten bei Kontakt mit Pflegepersonen eine chirurgische Maske tragen (Mund und Nase sind bedeckt, Maske sitzt dicht)**. Mund und Nase beim Husten oder Niesen mit Papiertüchern oder Taschentüchern bedecken (anschließend entsorgen).
- Bei Kontakt mit Körpersekreten bzw. direktem Kontakt mit dem/der Erkrankten (< 1m Abstand) sollten die Betreuungspersonen Einmal-Handschuhe tragen. Wenn vorhanden, kann hier auch das Tragen einer FFP2-Maske erwogen werden.
- Chirurgische Masken und Einmal-Handschuhe sind nicht zur Wiederverwendung gedacht, nach dem **Abnehmen von Maske und Handschuhen sollten die Hände gereinigt werden. Durchfeuchtete Masken bieten keinen Schutz - wechseln!**
- Oberflächen im Patientenzimmer (z.B. Nachttisch, Bettgestell, Türgriff) regelmäßig reinigen - Bad und Toilett-Oberflächen einmal täglich. Zum Reinigen von Oberflächen zunächst ein handelsübliches Reinigungsmittel und anschließend ein viruzid wirksames Flächendesinfektionsmittel/-tücher verwenden.
- Waschen Sie Kleidung, Bettwäsche und Handtücher des Patienten mit normalen Waschmitteln bei 60 - 90 °C. Sammeln Sie die Wäsche separat im Isolierzimmer und verwenden Sie Handschuhe, wenn Sie diese in die Waschmaschine geben.
- Stellen Sie im Isolierzimmer einen eigenen Mistkübel bereit, lassen Sie den Müllsack vom Patienten wenn möglich selbst zubinden und übernehmen Sie den Müll mit Handschuhen. Nach Entsorgung im Restmüll und Ausziehen der Handschuhe – Händewaschen/-desinfizieren.
- Für die Dauer der Quarantäne sind Besuche verboten. Ab dem 10. Tag der Erkrankung (=Dauer der Quarantäne) ist ein Ansteckungsrisiko im Normalfall kaum mehr vorhanden. Dies gilt auch, wenn der/die Patient*in 48h symptomfrei ist. Kontakte zu Haushaltsfremden und das Verlassen des Hauses sind erst nach Ende der behördlichen Quarantäne erlaubt.

Bleiben Sie gesund!

Dr. Victoria Pichler-Hösele