



Erläuterungen in leichtverständlicher Sprache zur Allgemeinverfügung über die Anordnung zur Absonderung (Isolation oder Quarantäne)

Gilt diese Allgemeinverfügung für mich?

Diese Allgemeinverfügung ist eine Anordnung. Sie gilt für mich, wenn ich von den Inhalten dieser Anordnung betroffen bin. Ich muss mich an die Vorgaben halten. Diese Anordnung ist bußgeldbewehrt. Das bedeutet, dass ein Bußgeld zu zahlen sein kann, wenn ich mich nicht an die vorgegebenen Regeln halte.

Was ist der Unterschied zwischen Isolation und Quarantäne?

Isolation heißt die Absonderung von anderen Personen, wenn ich eine infizierte Person bin.

Quarantäne heißt die Absonderung von anderen Personen, wenn ich eine enge Kontaktperson im Haushalt einer infizierten Person bin.

Wie verhalte ich mich bei einem positiven Schnelltest (Teststelle oder Selbsttest)?

Bei einem positiven Schnelltest muss ich bei meinem Hausarzt oder einer Teststelle mit PCR-Testangebot anrufen und einen Termin für einen PCR-Test ausmachen. Es ist egal, ob ich den Schnelltest in einer Teststelle oder zu Hause gemacht habe.

Ich muss sofort in Quarantäne (Isolation) und auf das Ergebnis von dem PCR-Test warten. Das bedeutet, dass ich zu Hause bleiben muss. Ich darf nicht nach draußen gehen und ich darf keinen direkten Kontakt zu anderen haben.

Ich halte mich an die **wichtigen Hinweise**, die am Ende dieser Information stehen.

Wie verhalte ich mich bei einem positiven PCR-Test?

Bei einem positiven PCR-Test wird das Gesundheitsamt automatisch vom Labor oder vom Arzt informiert. Ich muss dann nur warten, dass das Gesundheitsamt Kontakt zu mir aufnimmt.

Normalerweise erhalte ich eine SMS, wenn meine Handy-Nummer bekannt ist. Diese enthält einen Link, über den ich zu einem Kontaktformular komme. Im Formular gebe ich alle Daten ein, die dort abgefragt werden.

Ich muss sofort in Isolation (Quarantäne). Das bedeutet, dass ich zu Hause bleiben muss. Ich darf nicht nach draußen gehen und ich darf keinen direkten Kontakt zu anderen haben.

Ich halte mich an die **wichtigen Hinweise**, die am Ende dieser Information stehen.

Wann bin ich eine Kontaktperson?

Wenn ich zu einer Person in meinem Haushalt engen Kontakt hatte, die mit einem PCR-Test (nicht mit einem Schnelltest) positiv getestet wurde.

Was bedeutet enger Kontakt?

Ein enger Kontakt hat stattgefunden, wenn:

- ich mich länger als 10 Minuten ohne Mund-Nasen-Schutz (Maske) im Nahfeld der infizierten Person aufgehalten habe. Nahfeld bedeutet: 1,50 Meter oder weniger Abstand.
- ich im Gespräch mit der infizierten Person im Nahfeld keine Maske getragen habe oder direkten Kontakt hatte (egal wie lange der Kontakt dauert)
- ich mich mit der infizierten Person länger als 10 Minuten in einem kleinen oder nicht gelüfteten Raum aufgehalten habe. Auch wenn ich eine Maske getragen habe und mehr als 1,50 Meter Abstand eingehalten habe.

Wann muss ich als Kontaktperson NICHT in Quarantäne?

Ich muss nicht in Quarantäne, wenn

- ich 2 Grundimmunisierungen hatte und eine Auffrischimpfung, also 3 Impfungen
- ich genesen bin und danach eine Impfung bekommen habe
- ich mindestens einmal geimpft bin und danach eine Corona-Infektion hatte
- meine 2. Impfung vor 14 Tagen war. Dann bin ich ab dem 15. Tag bis zum 90. Tage nach der Impfung von der Quarantäne ausgenommen.

Als genesene Person (Dauer: gilt für 90 Tage nach einer Corona-Erkrankung) muss ich auch nicht in Quarantäne. Als genesen gelte ich ab dem 29. Tag nach einem positiven PCR-Test-Ergebnis bis zum 90. Tag nach dem positiven PCR-Test-Ergebnis. Ab dem 91. Tag gelte ich **nicht mehr** als genesen.

Wie lange muss ich in Quarantäne?

Wenn ich in Quarantäne muss, weil ich einen **positiven PCR-Test** habe oder eine **Kontaktperson im Haushalt einer positiv getesteten Person** bin, dauert die Quarantäne 10 Tage. Grundsätzlich kann ich aber am 7. Tag

- auf meine eigenen Kosten einen PCR-Test machen lassen
oder
- einen Schnelltest in der Teststelle machen lassen

Wenn der Test negativ ist, ist die Quarantäne beendet.

Für die Tests muss ich vorher einen Termin bei meinem Arzt oder bei der Teststelle ausmachen und dort auch Bescheid sagen, dass ich in Quarantäne bin.

Warum muss ich in Quarantäne?

Die Isolation oder Quarantäne [gesprochen: ka-ran-tä-ne] ist eine Schutzmaßnahme. Sie soll verhindern, dass sich das Corona-Virus weiter ausbreitet. Die Isolation oder Quarantäne wird durch das Infektionsschutzgesetz vorgeschrieben.

Wegen dieser Vorschrift im Infektionsschutzgesetz hat das Gesundheitsamt des Kreises Ostholstein diese Allgemeinverfügung zur Absonderung (Isolation oder Quarantäne) angeordnet.

Wichtige Hinweise:

Wenn ich in Quarantäne oder Isolation bin, dann

- darf ich keinen engen körperlichen Kontakt zu Familien-Angehörigen und anderen Personen haben,
- halte ich einen Abstand von mehr als 1,50 Meter zu allen Personen ein,
- esse ich, wenn es möglich ist, alleine und halte mich in anderen Zimmern als die Familie auf,
- trage ich einen engen Mund-Nasen-Schutz, wenn andere Personen mit im Zimmer sein müssen,
- wechsele ich den Mund-Nasen-Schutz, wenn er feucht ist oder spätestens nach zwei Stunden,
- prüfe ich mich zweimal am Tag (morgens und abends), ob ich Anzeichen (Symptome) für eine Corona-Infektion wie Fieber oder erhöhte Temperatur, Husten, Reizung des Rachens oder Schnupfen habe und prüfe meine Körper-Temperatur.
- informiere ich bei Auftreten von Symptomen wie Fieber oder erhöhter Temperatur, Husten, Reizung des Rachens oder Schnupfen meinen Hausarzt
- teile ich keine Hygieneartikel, keine Wäsche und kein Geschirr mit anderen Haushaltsmitgliedern,
- wasche ich meine Unterwäsche mit mindestens 60°C,
- reinige ich regelmäßig alle Oberflächen mit Haushalts-Reiniger oder Flächen-Desinfektionsmittel,
- wasche ich regelmäßig meine Hände, besonders bevor und nachdem ich koche, esse und zur Toilette gehe
- kaufe ich online ein oder bitte andere Personen, für mich einzukaufen,
- benutze ich mein eigenes Fahrzeug, wenn ich zum Arzt muss und benutze nicht den Bus oder die Bahn.