



Merkblatt zum Umgang mit dem Coronavirus

So können Sie Ihren eigenen Schutz durch Ihr persönliches Verhalten erhöhen:

1. Waschen Sie Ihre Hände häufiger und gründlich mit Wasser und Seife.
2. Vermeiden Sie Händeschütteln, Umarmen oder größere Menschenansammlungen.
3. Beachten Sie die Husten- und Niesetikette (Einmaltaschentücher verwenden, Husten und Niesen in die Ellenbeuge)
4. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit ungewaschenen Händen.
5. Lüften Sie häufiger geschlossene Räume.
6. Sollten Sie COVID-19-Symptome (siehe Rückseite) bei sich bemerken, rufen Sie die Nummer 116 117 an.
7. Hatten Sie Kontakt zu einem COVID-19-Erkrankten, rufen Sie umgehend Ihr Gesundheitsamt an.

Mit diesen Maßnahmen schützen Sie nicht nur sich, sondern auch ältere und chronisch kranke Mitbürgerinnen und Mitbürger.



Gegenwärtig kommen weltweit Infektionen mit einem neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2 (auch COVID-19 genannt) vor. Die Liste der aktuellen Risikogebiete ist im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Instituts (RKI) abrufbar.

Risikogebiete: <https://q.bayern.de/coronavirusrki>



Was deutet auf eine Infizierung mit dem Coronavirus hin?

Haben Sie **Symptome** wie Fieber, Muskelschmerzen, Husten, Schnupfen oder Durchfall?

UND

sind Sie in letzten 14 Tagen in einem der Coronavirus-Risikogebiete (<https://q.bayern.de/coronavirusrki>) gewesen?

ODER

hatten Sie in den letzten 14 Tagen Kontakt mit einem Menschen, der ein **bestätigter Coronavirus-Fall** ist?

Wenn die genannten Kriterien auf Sie zutreffen, sind folgende Maßnahmen angebracht:

- Vermeiden Sie bitte alle nicht notwendigen Kontakte zu anderen Menschen und bleiben Sie zu Hause.
- Rufen Sie bitte schnellstmöglich Ihre Hausarztpraxis oder den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst unter der

Telefonnummer 116 117 an.

Ihr Hausarzt oder der kassenärztliche Bereitschaftsdienst erklärt Ihnen, wie Sie sich verhalten sollen und was Sie als nächstes tun müssen.

Sie haben keine Symptome, aber hatten in den letzten 14 Tagen Kontakt mit einem bestätigten Coronavirus-Fall?

Dann kontaktieren Sie bitte in **jedem Fall umgehend** zusätzlich das zuständige Gesundheitsamt.