

## **EMPFEHLUNGEN ZUR QUARANTÄNE DURCH COVID 19**

### **- Anweisungen zur Quarantäne**

- Die positiv getestete Person richtet sich alleine in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nimmt die Mahlzeiten in diesem Zimmer ein.
- Halten Sie 2 Meter Abstand und tragen Sie eine Maske, wenn die positiv getestete Person ihr Zimmer verlassen muss. Zimmer ein.

### **- Vorsichtsmassnahmen während der Quarantäne**

- Sie sollten telefonisch erreichbar sein, wenn möglich über Handy
- Die kontaminierten Abfälle sind in stabilen handelsüblichen Müllbeuteln oder -säcken gesammelt und nach Befüllung beispielsweise durch Verknoten fest verschlossen werden.
- Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte.
- Teilen Sie Ihre Haushaltsgegenstände wie Geschirr, Gläser, Tassen oder Küchenutensilien nicht untereinander. Reinigen Sie diese Artikel nach Gebrauch in der Abwaschmaschine oder sorgfältig mit Wasser und Seife.
- Lassen Sie sich Lebensmittel sowie andere unverzichtbare Produkte wie z. B. Medikamente durch Familienangehörige, Freunde oder einen Lieferservice vor die Haustür liefern.
- Teilen Sie Handtücher oder Bettwäsche nicht untereinander.

### **- Hygienetipps**

- Beim Husten oder Niesen, nutzen Sie ein Taschentuch oder halten Sie die Armbeuge vor Mund und Nase, Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen, Mund, Nase oder Mund zu berühren.
- Waschen Sie sich regelmässig die Hände.
- Vermeiden Sie jeglichen Kontakt
- Medikamenten dürfen nur unter ärztlicher Verschreibung eingenommen werden, bitte, melden Sie sich sofort telefonisch bei einem Arzt.

*(Quelle: Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública. Dokument: KRITERIEN FÜR DIE ORGANISATION DER PFLEGE IN DER NEUEN NORMALITÄT DER PRIMÄRPFLEGE)*