

# Informationsblatt über das neue Coronavirus

## Warum Rheinland-Pfalz Kontakt-Verbot erlassen hat

Zur Verfügung gestellt vom Hausarztzentrum Bad Ems, Bahnhofplatz 2,

### Steckbrief

Name : SARS-CoV-2

Krankheit : Covid - 19

Symptome : trockener Husten

Fieber Halsschmerz und Abgeschlagenheit

**Kinder und gesunde Erwachsene** entwickeln in der

Regel nur **milde Symptome** oder bemerken nicht einmal,

dass sie sich angesteckt haben.

Risikogruppen : Ältere Menschen oder solche mit Vorerkrankungen

(wie chronische Herz- oder Lungenkrankheiten

sowie Erkrankungen welche das Immunsystem schwächen)

PAL (Personal Alert Level) **ORANGE**

Das PAL richtet sich an jeden Einzelnen von uns.

Es gibt vier Stufen:

Grün : Keine Bedrohung, keine Handlung nötig

Gelb : Keine sofortige Bedrohung, aber vorbeugende Maßnahmen empfohlen

**Orange : Eine Bedrohung, die persönliche Schutzmaßnahmen erfordert**

Rot : Eine ernsthafte Bedrohung, die Verhaltensänderungen erfordert

Das PAL für die Stufe Orange gibt fünf ganz konkrete Verhaltenshinweise, an welche sich jeder von uns im eigenen Interesse und auch im Interesse seiner Mitmenschen zu halten hat:

### 1. Komme anderen Gesichtern nicht zu nahe

Das Coronavirus überträgt sich über die Schleimhäute von Augen, Mund und Nase. Das nennt man Tröpfcheninfektion. Um diese zu vermeiden, raten die Virologen dazu, **einen Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 Metern** zu anderen Menschen einzuhalten.

### 2. Händewaschen, bevor Du Dir ins Gesicht fasst oder etwas isst

Neben der Tröpfcheninfektion kann das Coronavirus auch durch die sogenannte Schmierinfektion übertragen werden. Ständiges desinfizieren der Hände ist dagegen überflüssig - regelmäßiges ordentliches Händewaschen mit Seife genügt.

### **3. Umarmung und Händeschütteln sind zu vermeiden**

Beides ist hervorragend geeignet, um das Virus zu übertragen. Bei allen Menschen außer dem Partner und den engsten Familienangehörigen, welche in Eurem Haushalt leben, solltet Ihr unbedingt davon absehen. Beim Partner und den Kindern ist es hingegen - sofern noch kein konkreter Corona-Verdacht besteht- erlaubt, weil Menschen, die unter einem Dach leben, sich sowieso früher oder später gegenseitig anstecken werden. Besuche bei älteren Verwandten sind hingegen absolut zu vermeiden, um diese zu schützen.

### **4. Betrachte öffentliche Innenbereiche grundsätzlich als kontaminiert**

Verkehrsmittel oder Supermärkte- sie alle können kontaminiert sein. Es empfiehlt sich daher, stets davon auszugehen und die Hände nach Aufsuchen dieser Örtlichkeiten gründlich zu waschen.

### **5. Vermeide Kontakt zu anderen bei Husten und Fieber**

Beim Auftreten von mindestens einem der beiden Symptome bei einem Gegenüber ist absolute Vorsicht geboten. Es empfiehlt sich, in solchen Fällen alle direkten Kontakte bis zu einer möglichen Klärung zu vermeiden.

**WICHTIG - KEINE PANIK:**

**wenn du Bedenken hast, rufe unbedingt zuerst Deinen Arzt an, bevor Du in die Praxis gehst.**

In Menschenmengen können sich Erreger leichter verbreiten und so Patienten treffen, für die sie eine noch größere Bedrohung darstellen.

Du kannst erst dann arbeitsunfähig geschrieben werden, wenn Du eindeutige Symptome und Kriterien aufweist. Quarantäne alleine reicht nicht aus.

Wenn Du Deinen Arzt telefonisch nicht erreichen kannst, dann stehen folgende Alternativen zur Verfügung:

Das Kreisgesundheitsamt:                      Tel. 02603/972-555

Um die telefonischen Kapazitäten für Patientinnen und Patienten zu erweitern und möglichst allen Anrufenden gerecht zu werden, sind zusätzliche Vorkehrungen getroffen worden. Das Land Rheinland-Pfalz richtet ab 24. März, 12 Uhr, eine neue „Hotline Fieberambulanz“ ein. Die neue Hotline wird federführend vom Deutschen Roten Kreuz (DRK) an den Standorten der Integrierten Leitstellen getragen. An die neue Hotline können sich Bürgerinnen und Bürger wenden, bevor sie eine Fieberambulanz aufsuchen. Bevor sie dort vorstellig werden, ist die neue Hotline zu kontaktieren.

Unter der Telefonnummer 0800 99 00 400 ist die Hotline im 24-Stunden-Betrieb zu erreichen.

Im Notfall der hausärztliche Notdienst: Tel. 116 117

**Damit trotz hohen Infektionszahlen eine Masseninfektion verlangsamt werden kann und somit stets genügend Intensivplätze für die Patienten mit schwersten Verläufen zur Verfügung stehen, bleibt bitte zu Hause und vermeidet unnötige Kontakte in der Öffentlichkeit.**