

Patienteninformation: zur neuartigen Coronavirus-Erkrankung COVID-19

Sehr geehrte Patientinnen, sehr geehrte Patienten,

bereits Ende 2019 wurde das WHO-Landesbüro in China über die Häufung von Patienten mit einer Lungenentzündung unklarer Herkunft informiert.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO stuft den Ausbruch des Corona-Erregers (SARS-CoV-2) jetzt seit dem 11.03.2020 als Pandemie ein, was eine länder- und kontinentenübergreifende Ausbreitung einer Krankheit beim Menschen bezeichnet.

Es besteht kein Grund zur Beunruhigung.

Wir bieten Ihnen weiterhin die ambulante Versorgung in einem sicheren Umfeld durch geschultes medizinisches Personal, das mit der aktuellen Situation vertraut ist und mit Augenmerk auf die notwendigen Hygieneregeln und Vorsichtsmaßnahmen für Ihre Gesundheit arbeitet.

Sie werden feststellen, dass das Personal aktuell etwas anders aussieht, als Sie es gewohnt sind.

Dadurch wollen wir Ihnen keine Angst machen – ganz im Gegenteil.

Es handelt sich hier um allgemeine Maßnahmen zum Schutz unserer Patienten und Mitarbeiter.



Die wichtigsten Schutzmaßnahmen → Händehygiene:

Anleitung zum korrekten Händewaschen und Desinfizieren

Waschen Sie die Hände mindestens 15 Sekunden. Desinfizieren Sie die Hände mindestens 30 Sekunden.



1:
Befeuchten Sie Hände und Handgelenke mit Wasser und Seife oder mit 2 ml Handdesinfektionsmittel.



2:
Handfläche auf Handfläche reiben.



3:
Rechte Handfläche über linken Handrücken reiben und umgekehrt.



4:
Handfläche auf Handfläche legen und in den Fingerzwischenräumen verreiben.



5:
Außenseite der Finger auf gegenüberliegender Handfläche reiben.



6:
Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt.

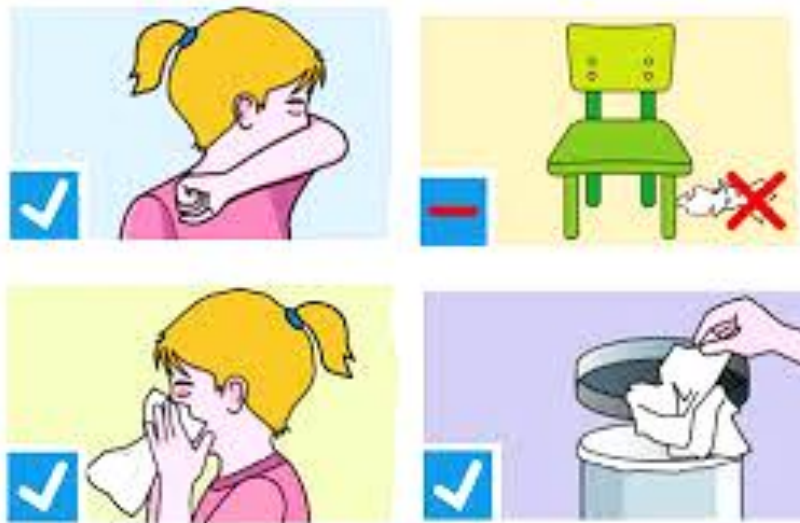


7:
Kreisendes Reiben der rechten Fingerkuppen in der linken Handfläche und umgekehrt.



8:
Kreisendes Reiben beider Handgelenke.

→ Husten- und Nies-Etikette:



Beim Husten oder Niesen sollte möglichst kein Speichel oder Nasensekret in die Umgebung versprüht werden.

Beim Husten oder Niesen die Hand vor den Mund halten ist keine sinnvolle Maßnahme, da dabei Krankheitserreger an die Hände gelangen. Diese können anschließend über gemeinsam benutzte Gegenstände oder beim Händeschütteln an andere weitergereicht werden.

Beim Husten oder Niesen mindestens einen Meter Abstand von anderen Personen halten und vom Gegenüber weg drehen.

Niesen oder husten Sie in ein Einwegtaschentuch. Dieses darf nur einmal verwendet werden, danach Abwurf des Taschentuchs in einen Mülleimer mit Deckel. Von der Verwendung von Stofftaschentüchern sollte Abstand genommen werden.

Bei fehlendem Taschentuch beim Husten und Niesen die Ellenbeuge vor Mund und Nase halten und ebenfalls vom Gegenüber wegrehen.

Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten sachgerechte Händewaschung und Händedesinfektion unbedingt erforderlich.

Bitte fassen Sie sich nicht mit ungewaschenen Händen ins Gesicht.

Generell werden also die Maßnahmen empfohlen, die grundsätzlich bei ansteckenden Krankheiten ratsam sind. So sollten akut Erkrankte möglichst zu Hause bleiben um sich auszukurieren, damit ggf. das Virus nicht weiterverbreitet wird. Es sollten in diesem Fall auch keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzt oder an öffentlichen Veranstaltungen teilgenommen werden.

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage des Robert-Koch-Institutes Berlin (www.rki.de/covid-19).

Vielen Dank für Ihre Mithilfe.

MVZ Ebern-Haßfurt GmbH

Wenn Sie sich krank fühlen oder folgende Symptome haben:

Husten, Schnupfen, Halskratzen, infektionsbedingte Atemnot, Fieber, evtl. Durchfall

und

Kontakt mit einer an COVID-19 erkrankten Person hatten,

setzen Sie sich bitte umgehend telefonisch mit dem ärztlichen Bereitschaftsdienst der KVB unter Tel. 116117 in Verbindung

und

halten Sie eigenständige häusliche Quarantäne ein.

Bitte rufen Sie zudem vor einem Arztbesuch in der jeweiligen Praxis an um die Mitarbeiter dort im Voraus über Ihre Symptome zu informieren.

Bei einer akuten Erkrankung (z. B. „Grippe-Symptome“) kommen Sie bitte nicht unangemeldet in die Praxis.


QUARANTÄNE
**14 TAGE
 ZUHAUSE**
Zu Hause bleiben.

Die Quarantäne ist wichtig. Sie dient Ihrem Schutz und dem Schutz der Bevölkerung vor Ansteckung mit dem neuartigen Coronavirus und verhindert die Verbreitung der Erkrankung. Die Quarantäne wurde angeordnet, weil Sie innerhalb der letzten 14 Tage in einem Coronavirus Risikogebiet waren oder weil Sie Kontakt zu einem COVID-19-Erkrankten hatten.

Damit zählen Sie zu denen, die ansteckungsverdächtig sind ohne selber krank oder krankheitsverdächtig zu sein.

Bei COVID-19 werden Quarantänemaßnahmen getroffen, da diese Krankheit ähnlich schwer verlaufen kann wie die ebenfalls durch Coronaviren verursachten Krankheitsbilder SARS¹ und MERS², die Ausbreitung von COVID-19 in der Bevölkerung jedoch einfacher und schneller geschieht.

Es ist sehr wichtig, dass Sie die Quarantäne- und Hygieneregeln genau einhalten – auch wenn Sie keine Beschwerden haben sollten. Sie schützen damit sich und andere.

Wenn Sie sich einmal unsicher sind, wie Sie sich in besonderen Situationen verhalten sollen oder welche Hygieneregeln zu beachten sind, fragen Sie vorher bei Ihrem Gesundheitsamt nach!



Kontaktieren Sie umgehend Ihr Gesundheitsamt, wenn Sie sich krank fühlen oder folgende Symptome haben: Husten, Schnupfen, infektiöses Atemnot, Fieber.


¹ Severe Acute Respiratory Syndrome

² Middle East Respiratory Syndrome

VERSORGUNG
Unterstützung finden.
Medizinische Versorgung:

- ▶ Kontaktieren Sie Ihre(n) Haus- oder Facharzt/-ärztin, wenn Sie wegen einer anderen bzw. bestehenden Erkrankung dringend Medikamente oder eine ärztliche Behandlung benötigen.
- ▶ Sagen Sie, was Sie benötigen und dass Sie unter Quarantäne stehen.
- ▶ Kontaktieren Sie bei medizinischen Problemen ihr Gesundheitsamt und bitten Sie um Unterstützung.



Bei lebensbedrohlichen akuten Erkrankungen, Vergiftungen oder schweren Verletzungen wählen Sie den Notruf (112). Beachten Sie die allgemeinen Regeln bei einem Notruf und sagen Sie, dass Sie unter Quarantäne stehen!

Versorgung mit Lebensmitteln:

- ▶ Bitten Sie Familienangehörige, Freunde oder Nachbarn darum, ihnen zu helfen. Sie können die Lebensmittel einfach vor Ihrer Tür abstellen.
- ▶ Kontaktieren Sie ihr zuständiges Gesundheitsamt und bitten Sie um Unterstützung.



Kontaktieren Sie Ihren Ansprechpartner beim zuständigen Gesundheitsamt und berichten Sie Ihre Sorgen und Nöte! Sie kennen passende Unterstützungsangebote und helfen Ihnen gerne weiter. Den Kontakt finden Sie unter www.rki.de/mein-gesundheitsamt.


WOHLBEFINDEN
Familie im Blick.

Für Familien mit Kindern kann häusliche Quarantäne eine besondere Herausforderung sein. Versuchen Sie, mit Ihren Kindern so gut es geht in Verbindung zu bleiben! Wenden Sie sich an Ihr Gesundheitsamt,

- ▶ wenn Sie Unterstützung bei der Versorgung Ihrer Kinder brauchen
- ▶ oder wenn Sie Hinweise darauf haben, dass Ihre Kinder im Kindergarten oder der Schule ausgegrenzt werden.


Seelische Gesundheit pflegen.

Mit einer Quarantäne können psychosoziale Belastungen einhergehen. Dazu gehören z. B. Ängste und Sorgen vor einer Ansteckung, das Gefühl, ausgegrenzt zu werden, Einsamkeit, Anspannung oder Schlafstörungen.

Auch wenn Sie keinen direkten Kontakt zu Personen haben dürfen, bleiben Sie mit Freunden und Familienangehörigen über Telefon, Internet oder andere Medien in Verbindung.

Überlegen Sie, was Ihnen in belastenden Situationen außerdem helfen könnte.

Nutzen Sie vorhandene telefonische Hilfsangebote wie z. B. das Seelorgetelefon oder Krisendienste.

Nutzen Sie auch in der häuslichen Quarantäne Ihre Möglichkeiten, Sport zu treiben (z. B. mit einem Heimtrainer oder machen Sie einfache Gymnastikübungen). So bleiben Sie fit und können negativen Stress abbauen.

