

Infos für Mitbewohner*innen von (Wieder-) Einreisenden in häuslicher Quarantäne

Stand: 09.03.22



Ausgangssituation und Informationen zur Quarantäne

Eure Mitbewohner*in war in den letzten 10 Tagen in einem Hochrisiko- oder Virusvariantengebiet (Gebiet, in dem viele Menschen an COVID-19 oder seinen Mutationen erkrankt sind, siehe: www.rki.de/risikogebiete). Er / sie darf deshalb nach der Anreise die **Wohnung nicht verlassen**.

Keine Panik - das bedeutet nicht, dass er/sie an COVID-19 erkrankt ist. Bei der Einreise musste er/sie einen negativen Test vorlegen. Dennoch ist die **Quarantäne eine Schutzmaßnahme für euch und für andere**.

Das Gesundheitsamt wird sich mit ihm/ihr in Verbindung setzen und ihm/ihr die Dauer und die Regeln der Quarantäne erklären. Wenn er/sie nach der Quarantänezeit keine Symptome zeigt, kann er/sie die Quarantäne regulär verlassen, wenn das Gesundheitsamt nichts anderes anordnet.

Wichtig zu wissen: Als Mitbewohner*innen müsst ihr euch nicht automatisch in Quarantäne begeben, wenn das Gesundheitsamt nichts anderes anordnet und euch darüber informiert. Dennoch ist es wichtig, einige Regeln zu beachten, um Risiken zu minimieren und für ein gutes Miteinander zu sorgen.

Tipps und Hinweise während der Quarantäne

- Vermeidet während der Quarantäne nach Möglichkeit jeden Kontakt mit eurem/eurer Mitbewohner*in.
- Gemeinsam genutzte Bereiche (Bad, Küche) müssen zu getrennten Zeiten genutzt werden.
- Bitte haltet den persönlichen Mindestabstand (1,5 Meter) ein und benutzt immer eine Maske.
- In allen Räumen, Bädern und Küchen muss regelmäßig gelüftet werden.
- Eure Gegenstände (z. B. Geschirr, Besteck, Handtücher, Bettwäsche) sollten nicht mit den Gegenständen der anderen Mitbewohner*innen in Kontakt kommen.
- Reinigt Oberflächen und Gegenstände regelmäßig (z. B. mit Seife / Reinigungsmitteln).
- Wascht euch regelmäßig die Hände mit Seife für mindestens 20 Sekunden.
- Vermeidet es, euch im Gesicht (Mund, Nase, Augen) zu berühren.
- Übergebt Dinge (z. B. Einkäufe) ohne Körperkontakt. → Legt sie am besten auf den Boden oder einen Tisch, damit die andere Person sie aufheben kann.
- Reduziert und vermeidet nach Möglichkeit Kontakte mit anderen Personen außerhalb des Haushalts.
- Zur besseren Kommunikation könnt ihr soziale Medien oder Schilder in der Wohnung (z. B. an der Toilettentür) nutzen.

Bitte unterstützt eure/n Mitbewohner*in

Wir würden uns freuen, wenn ihr eure/n Mitbewohner*in in der Quarantänezeit unterstützen könntet (z. B. beim Einkaufen, Bereitstellung eines WLAN-Zugangs). Wenn ihr uns kontaktieren möchtet, könnt ihr uns unter **+49 175 290 40 50** anrufen oder eine E-Mail an corona@stura.tu-ilmenau.de senden.

Wichtige Hinweise, wenn jemand COVID-Symptome an sich feststellt!

Sollte jemand von euch Symptome von COVID-19 bei sich feststellen (Fieber, neu auftretender Husten, Geruchs- oder Geschmacksverlust, Atembeschwerden, Atemnot oder ein allgemeines Krankheitsgefühl), **muss die Person sofort das Gesundheitsamt des Ilm-Kreises informieren**. Den Kontakt findet ihr unten. Bis das Gesundheitsamt über die weitere Vorgehensweise entscheidet, **muss sich die Person ebenfalls selbst isolieren und jeglichen physischen Kontakt mit anderen Menschen vermeiden**. Das Gesundheitsamt wird sie kontaktieren und über die nächsten Schritte informieren.

Kontakt zum Gesundheitsamt des Ilm-Kreises

Die betroffene Person kann den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter **116117** kontaktieren. Die Hotline ist rund um die Uhr besetzt und kostenfrei. Mehr Informationen gibt es unter: www.116117.de.

Sie kann auch direkt versuchen das Gesundheitsamt des Ilm-Kreises zu erreichen per E-Mail unter: ges@ilm-kreis.de oder per Telefon unter: **+49 3628 738 536** oder **+49 3628 738 509**.

Im Notfall (z.B. bei schwerer Atemnot) bitte die Notfallnummer 112 anrufen.

Weitere Links und Quellen

- www.zusammengegencorona.de
- www.tu-ilmenau.de/international/service/corona-informationen
- www.infektionsschutz.de/coronavirus/verhaltensregeln/haeusliche-quarantaene.html
- <https://tools.rki.de/PLZTool/>
- www.verbraucherzentrale.de/wissen/gesundheit-pflege/aerzte-und-kliniken/in-haeuslicher-quarantaene-wegen-corona-wie-soll-ich-mich-verhalten-4631