



## COVID-19

### Kontakt zu einer infizierten Person – was ist zu tun?

Weltweit sorgt die Corona-Pandemie für Besorgnis. Zwar verläuft die Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2, die als COVID-19 bezeichnet wird, in vielen Fällen mild, ähnlich wie eine Erkältung mit Husten, Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen oder Schnupfen, nicht selten sind Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinns. Manchmal fehlt aber auch jedes Krankheitszeichen („asymptomatischer Verlauf“). Aber immer wieder kommt es auch zu schweren Verläufen. Insbesondere Menschen mit ernstesten Vorerkrankungen, die nicht geimpft sind, haben ein höheres Risiko dafür. Um Ansteckungen zu verhindern und Infektionsketten zu unterbrechen, leistet Ihr eigenverantwortliches Handeln einen entscheidenden Beitrag.

#### Wann besteht eine Ansteckungsgefahr mit dem Coronavirus SARS-CoV-2?

Ansteckungsgefahr besteht, wenn Sie engen Kontakt zu einer infizierten Person hatten, insbesondere

- bereits innerhalb von 2 Tagen vor dem Symptombeginn der infizierten Person,
- während der gesamten Zeit, in der die infizierte Person Krankheitszeichen zeigt,
- und innerhalb von 2 Tagen vor Abnahme des positiven Tests bei der infizierten Person, falls diese keine Krankheitszeichen zeigt.

Ein „enger Kontakt“ ist zum Beispiel, wenn der Abstand untereinander über mehr als 10 Minuten weniger als 1,5 Meter betrug und weder die infizierte Person noch ihre Kontaktpersonen durchgehend und korrekt eine medizinische Gesichtsmaske oder eine FFP2-Maske getragen haben. Ein Gespräch zwischen infizierter Person und Kontaktperson gilt zudem immer als „enger Kontakt“, unabhängig davon, wie lang es dauert, wenn nicht beide eine Maske entsprechend getragen haben.

#### Weitere Informationen rund um COVID-19: Coronavirus-Hotline des Landesamts für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)

09131 / 6808 5101

[www.bayern.de](http://www.bayern.de): „Coronavirus – auf einen Blick“

[www.stmgp.bayern.de/coronavirus](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus), die Informationsseite des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege

<https://s.bayern.de/kontaktperson>

#### Werde ich vom Gesundheitsamt kontaktiert?

Die allgemeine Quarantänepflicht für enge Kontaktpersonen wurde aufgehoben. In Einzelfällen kann die zuständige Kreisverwaltungsbehörde jedoch nach wie vor Quarantäneanordnungen aussprechen.

Für alle, die im Kontakt mit einer infizierten Person ein Ansteckungsrisiko hatten, gilt jetzt: Eigenverantwortung ist gefragt!

#### Eigenverantwortlich handeln! Empfehlungen zum Verhalten

Wer Kontakt mit einer infizierten Person in einem Zeitraum hatte, in dem eine Ansteckungsgefahr bestand, sollte für 5 Tage Folgendes beachten:

- ▶ **Kontakt zu anderen Personen einschränken**, vor allem zu Risikogruppen, die gefährdet sind, schwer an COVID-19 zu erkranken. Arbeit, wenn möglich, im Home-Office.
- ▶ **AHA+L-Formel**: Abstand wahren, Hygieneregeln beachten, im Alltag Maske tragen (höchste Sicherheit bietet eine FFP2-Maske!) und lüften.
- ▶ **Freiwillige tägliche Testung**: nach Kontakt mit einer infizierten Person für 5 Tage.
- ▶ **Selbstbeobachtung**: auf Corona-spezifische Symptome achten.
- ▶ **Falls Krankheitszeichen auftreten**: Unverzüglich Selbstisolation, ärztliche Abklärung.

#### Empfehlungen für Beschäftigte, die mit gefährdeten Menschen arbeiten

Wer in einem Krankenhaus, einem Alten- oder Pflegeheim oder einem ambulanten Pflegedienst beschäftigt ist und somit viele Kontakte zu Personen hat, die ein besonders hohes Risiko für einen schweren Verlauf von COVID-19 haben, dem wird zusätzlich zu den allgemeinen Verhaltensregeln eine arbeitstägliche Testung empfohlen – mittels Antigentest oder Nukleinsäuretest vor Dienstantritt bis einschließlich Tag fünf nach dem Kontakt mit der infizierten Person. Dies soll verhindern, dass Kontaktpersonen eine mögliche Infektion in Risikogruppen weitertragen.

**Alles Gute für Ihre  
Gesundheit!**

Stand der Information:  
29. Juni 2022