



## COVID-19

### Isolation bei positivem Nukleinsäuretest

**Ergänzende Informationen zur Bekanntmachung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege vom 12. April 2022, Az. G51v-G8000-2022/44-242, geändert durch Bekanntmachung vom 29. Juni 2022, Az. GCRASa-G8000-2022/44-317**

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 ernsten Vorerkrankungen, die nicht geimpft sind, haben ein höheres Risiko dafür. Um Ansteckungen zu verhindern und Infektionsketten zu unterbrechen, leistet die Isolation einen entscheidenden Beitrag.

#### Verpflichtung zur Isolation

Für alle Personen, denen ein positives Ergebnis eines Nukleinsäuretests (z. B. PCR-Test) auf das Coronavirus mitgeteilt wird, gilt: Sie sind aufgrund staatlicher Anordnung verpflichtet, sich unverzüglich in häusliche Isolation zu begeben. Eine Nachricht des Gesundheitsamts muss nicht abgewartet werden.

Die Verpflichtung zur Isolation und die damit verbundenen Regeln sind festgelegt in der Allgemeinverfügung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes (IfSG), deren verfügbaren Teil Sie zusammen mit dieser Information erhalten haben.

#### Wie lange dauert die Isolation?

Die Isolation darf nach 5 Tagen ohne Abschlusstest beendet werden, sofern seit mindestens 48 Stunden keine Krankheitszeichen mehr vorliegen (Symptomfreiheit).

Besteht an Tag fünf noch keine Symptomfreiheit seit 48 Stunden, dauert die Isolation zunächst weiter an. Sie endet erst, wenn mindestens 48 Stunden Symptomfreiheit besteht, spätestens aber nach Ablauf von zehn Tagen nach dem Erstdachweis des Erregers im zertifizierten Antigen- oder PCR-Test.

#### Wissenswertes zu Verhalten und Hygiene

##### ► *Wo erfolgt die Isolation?*

Die Isolation muss in einer Wohnung oder einem anderen räumlich abgrenzbaren Teil eines Gebäudes erfolgen; die meisten Betroffenen wählen dafür die eigene Wohnung. Diese dürfen Sie während der Isolation nicht verlassen. Zeitweise und alleine auf den Balkon, die Terrasse oder in den eigenen Garten zu gehen, wenn dieser direkt an das Haus anschließt und nicht gemeinschaftlich genutzt wird, ist aber erlaubt.

##### ► *Unterstützung von außen:*

Bitten Sie Angehörige, die nicht in Ihrem Haushalt leben, Freunde oder Bekannte um Unterstützung, etwa für Einkäufe und wichtige Besorgungen. Landesweit gibt es außerdem eine Vielzahl ehrenamtlicher Hilfsangebote. Viele davon sind mit Kontaktmöglichkeiten online verzeichnet, bei der Suche helfen aber auch die Gemeinden oder das Gesundheitsamt vor Ort telefonisch weiter.

##### ► *Kontakt mit dem Gesundheitsamt?*

###### *Nur wenn es nötig ist!*

Das Gesundheitsamt wird vom Labor über Ihren positiven Test informiert und weiß, dass Sie zur Isolation verpflichtet sind. Anders als zu Beginn der Pandemie müssen Sie sich aber dort nicht melden. Das Gesundheitsamt wird Ihre Verpflichtung zur Isolation mit einer kurzen Nachricht bestätigen, die Sie in den kommenden Tagen erreicht. Wenn Ihre COVID-19-Erkrankung ohne Probleme verläuft, dürfen Sie die Isolation nach den nebenstehenden Regeln beenden. Ein persönlicher Kontakt zum Gesundheitsamt ist nicht notwendig. Möglich sind stichprobenartige Kontrollen von Seiten der Kreisverwaltungsbehörde, ob die Isolationspflicht eingehalten wird.

##### ► *Sollte sich Ihr Gesundheitszustand während der Isolation verschlechtern oder anderweitig ärztliche Hilfe nötig sein,*

verständigen Sie bitte Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt, den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns unter der Telefonnummer **116 117** oder gegebenenfalls den Notarzt. Weisen Sie beim Anruf unbedingt darauf hin, dass Sie sich in Isolation befinden, weil Sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden.

##### ► *Weitere Informationen: <https://s.bayern.de/positiver-test>*

## Was ist während der Isolation zu beachten?

Während der Isolation ist es wichtig, sich so gut wie möglich von den anderen Mitgliedern des Haushalts fernzuhalten, um diese nicht mit dem Coronavirus anzustecken. Das bedeutet vor allem:

- ▶ **So wenig Zusammentreffen wie möglich:**  
Verringern Sie die Kontakte zu Ihren Mitbewohnern und halten Sie Abstand von mindestens 1,5 Metern. Die Begegnungen sollten möglichst kurz sein und alle sollten einen Mund-Nasen-Schutz tragen.
- ▶ Auch Kontakte zu Personen außerhalb Ihres Haushalts – zum Beispiel zu Briefträgern, Lieferdiensten, Nachbarn, Freunden oder Bekannten – sollten unterbleiben. Bitten Sie darum, dass Lieferungen vor dem Eingang abgelegt werden.
- ▶ Schlafen Sie in einem separaten Zimmer und halten Sie sich auch tagsüber alleine in einem Raum auf. Gemeinsam genutzte Räume wie Küche und Bad sollten zeitlich versetzt betreten werden, Mahlzeiten werden nicht gemeinsam eingenommen. Wichtig: Alle Räume gut lüften!
- ▶ **Wie die Isolation für Kinder altersgerecht gestaltet wird,** damit Eltern und Kinder gemeinsam gut durch diese Zeit kommen, dazu berät das Gesundheitsamt Familien individuell.
- ▶ **Gründliche Reinigung:** Wenn Badezimmer, WC oder Küche gemeinsam genutzt werden, müssen die Kontaktflächen gründlich gereinigt werden, nachdem Sie diese benutzt haben. Dafür reichen hausübliche Putzmittel aus. Für jeden Bewohner sind eigene Handtücher vorzuhalten, die regelmäßig gewechselt und gewaschen werden.
- ▶ Sammeln Sie Ihre Wäsche in einem verschlossenen Plastikbeutel und waschen Sie diese möglichst bei mindestens 60° Celsius mit einem handelsüblichen Waschmittel.
- ▶ Ihre Abfälle, insbesondere Taschentücher und andere Materialien, die infektiös sein können, müssen im Krankenzimmer in einem verschließbaren Behälter gesammelt werden. Entsorgen Sie den Müllsack verschlossen im Restmüll.

## Weitere Informationen rund um COVID-19:

**Coronavirus-Hotline des Landesamts für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)**

09131 / 6808 5101

**www.bayern.de:** „Coronavirus – auf einen Blick“

**www.stmgp.bayern.de/coronavirus,** die Informationsseite des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege



Die Allgemeinverfügung Isolation finden Sie mit Übersetzungen sowie barrierearmen Erläuterungen auf unserer Webseite <https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Isolation>

## Bitte informieren Sie Ihre Kontaktpersonen!

- ▶ **Für alle, die im Kontakt mit einer infizierten Person ein Ansteckungsrisiko hatten, gilt: Eigenverantwortung ist gefragt!** Sie sollten die eigenen Kontakte verringern, die Hygieneregeln sorgfältig beachten, auf Krankheitssymptome achten und sich testen.
- ▶ Kontaktpersonen, die in einer Einrichtung wie einem Krankenhaus, einem Alten- oder Pflegeheim leben oder arbeiten, wo Menschen mit einem hohen Risiko für einen schweren Verlauf von COVID-19 betreut werden, sollten sich zusätzlich vorsorglich bis einschließlich Tag fünf nach dem Kontakt mittels Antigentest oder Nukleinsäuretest testen lassen. **Genauerer unter <https://s.bayern.de/kontaktperson>**
- ▶ Ältere Menschen und Personen mit Risikofaktoren wie chronischen Erkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem sollten während Ihrer Isolation nicht in der Wohnung anwesend sein.

## Wichtige Hygieneregeln

- ▶ **Husten und Niesen mit Rücksicht**  
Halten Sie größtmöglichen Abstand, drehen Sie sich von anderen Personen weg und husten oder niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Einweg-Taschentuch, das Sie dann sofort in einem verschließbaren Müllbeutel entsorgen.
- ▶ **Händehygiene**  
Verzichten Sie auf das Händeschütteln oder Handhalten mit anderen. Waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände mit Wasser und Seife für mindestens 20 bis 30 Sekunden, insbesondere
  - nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten,
  - vor der Zubereitung von Speisen,
  - vor dem Essen,
  - nach dem Toilettengang,
  - immer dann, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind,
  - und vor und nach jedem Kontakt zu anderen Personen,
  - vor allem nach jedem Kontakt zu einer erkrankten Person oder deren unmittelbarer Umgebung.

Hautverträgliche Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis können Sie bei nicht sichtbarer Verschmutzung benutzen. Achten Sie dabei auf die Bezeichnung des Desinfektionsmittels als „begrenzt viruzid“, „begrenzt viruzid PLUS“ oder „viruzid“.

**Alles Gute für Ihre Gesundheit!**

Stand der Information:  
29. Juni 2022