

## GRIPPE ODER CORONAVIRUS?

**Wichtig:** Wenn Sie Beschwerden wie z.B. Husten, Schnupfen, Fieber haben, ist das Risiko, dass Sie mit dem Coronavirus (SARS-CoV-2) infiziert sind, laut Robert Koch-Institut zum aktuellen Zeitpunkt gering, aber ansteigend. Wahrscheinlicher ist momentan, dass Sie an einer Grippe oder Erkältungskrankheit leiden. Wenn Sie Beschwerden haben, **gehen Sie bitte nicht direkt in Ihre Hausarztpraxis, sondern telefonieren zunächst**, um das weitere Vorgehen abzustimmen.

### Was ist das Coronavirus?

Seit Dezember 2019 sind in China, inzwischen auch in Europa und den USA vermehrt Fälle von Atemwegserkrankungen durch SARS-CoV-2 aufgetreten (Erkrankungsname: Covid-2019). Eine Übertragung von Mensch zu Mensch ist nachgewiesen; eine Ansteckung ist bereits vor Beginn der Beschwerden möglich.

Nach einer Inkubationszeit von 2-14 Tagen können Beschwerden auftreten, die stark an eine Grippe oder eine Bronchitis erinnern, z.B. ▶ Fieber; ▶ Husten; ▶ Atemnot.

### Bin ich am Coronavirus erkrankt?

Eine Erkrankung sollte abgeklärt werden, wenn Sie Atemwegs- oder Allgemeinbeschwerden (z.B. Fieber, starke Abgeschlagenheit) haben

#### UND

bis max. 14 Tage vor Erkrankungsbeginn entweder in einem Risikogebiet waren (China, andere südostasiatische und zunehmend auch europäische Länder) **oder** Kontakt zu einem *bestätigten* SARS-CoV-2-Fall hatten.

▶ Melden Sie sich in diesem Fall **telefonisch** bei dem nächstgelegenen Gesundheitsamt (Gesundheitsamt-Suche nach PLZ: <https://tools.rki.de/plztool/>) oder in Ihrer Hausarztpraxis.

### Wie kann ich mich schützen?

Allgemeine Vorsichtsmaßnahmen helfen sowohl vor der Ansteckung mit Grippeviren als auch vor dem SARS-CoV-2-Virus:

- häufiges Händewaschen mit Wasser und Seife oder Händereinigung mit einem alkoholischen Gel (in kleinen Fläschchen in jedem Drogeriemarkt erhältlich)
- "korrektes" Husten/Niesen mit einem Taschentuch vor Mund und Nase und danach Entsorgung im Abfalleimer ODER Husten/Niesen in den oberen Teil des Ärmels (um ständig eingesetzte Handflächen nicht zu benetzen)
- Halten Sie Abstand von erkennbar erkrankten Personen
- Das Tragen von Schutzmasken ist z.Zt. nicht sinnvoll.

### Reisen

Von Reisen nach Südostasien und andere betroffene Länder rät das Auswärtige Amt derzeit ab. Lesen Sie dessen Empfehlungen unter <https://www.auswaertiges-amt.de/de>.

Sind Sie kürzlich aus solchen Ländern nach Deutschland zurückgekehrt und haben Atemwegs- bzw. Allgemeinbeschwerden oder waren Sie mit erkrankten Personen zusammen, nehmen Sie **telefonisch** Kontakt auf - mit dem nächstgelegenen Gesundheitsamt (Suche nach PLZ: <https://tools.rki.de/plztool/>) oder mit Ihrer Hausarztpraxis.

Das Bundesgesundheitsministerium hat ein Bürgertelefon unter der Tel. Nr. 030-346 465 100 eingerichtet (erreichbar Montag - Donnerstag [8 - 18 Uhr] und Freitag [8 - 12 Uhr]).