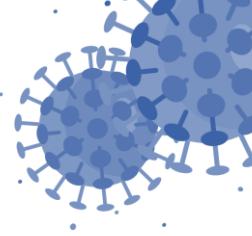


Was muss ich tun, wenn ich mit jemandem Kontakt hatte, bei dem Covid-19 diagnostiziert wurde?



Ein **enger Kontakt** besteht, wenn Sie mit ihm/ihr 48 Stunden vor dem Auftreten der Symptome oder 48 Stunden vor dem diagnostischen Test bei asymptomatischen Menschen ohne die erforderlichen Schutzmaßnahmen zusammen waren, und:

Diese Person betreut haben



Am **selben Ort**, weniger als 2 Meter entfernt und **länger als 15 Minuten** zusammen waren.



Wenn Sie einen **engen Kontakt** hatten, sollten Sie den folgenden Empfehlungen folgen:

Bleiben Sie zu Hause, vorzugsweise in Ihrem Zimmer, für 10 Tage, gerechnet ab dem letzten Kontakt

Beschränken Sie, soweit wie möglich, das Verlassen des Zimmers und Vermeiden Sie den Kontakt mit anderen Mitbewohnern

Verschärfen Sie die Vorsorgemaßnahmen Wenn Sie Ihr Zimmer verlassen wollen, benutzen Sie eine chirurgische Maske

Kontrollieren Sie, ob Symptomen (Fieber, Husten, Atembeschwerden) während der 10 Tage der Quarantäne und der folgenden 4 Tage auftreten

Waschen Sie Ihre Hände so oft wie möglich

Wenn möglich, benutzen Sie nicht das gleiche Badezimmer wie Ihre Mitbewohner



Sie sollten Vorkehrungen treffen, um das Haus nicht verlassen zu müssen, es sei denn, dies ist unbedingt erforderlich, und in diesem Fall eine **chirurgische Maske** tragen.



- Bei Auftreten von Symptomen rufen Sie Ihr Gesundheitszentrum oder [die Referenztelefonnummer Ihrer Autonomen Gemeinschaft](#) an und geben Sie an, dass Sie ein enger Kontakt sind.
- Wenn Sie ein Gefühl der Atemnot haben oder allgemein eine Verschlechterung Ihrer Symptome bemerken, rufen Sie 112 an.
- Weitere Informationen finden Sie unter [„Empfehlungen für die häusliche Isolation leichter Fälle“](#).

2. Oktober 2020

Konsultieren Sie offizielle Quellen für weitere Informationen

www.mscbs.gob.es | [@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**

