



# COVID-19: Empfehlungen zum Umgang mit erkrankten Personen und Kontakten ab 19. März 2020

Stand: 19.03.2020

## Ziele

- Die Ausbreitung verzögern.
- Personen mit erhöhtem Komplikationsrisiko (besonders gefährdete Personen) schützen.
- Das Spitalsystem schützen, damit es die Kapazität behält, die schweren Fälle auch intensivmedizinisch zu versorgen.

## Begründung

- Durch den starken Anstieg der COVID-19-Fälle in der Schweiz ist die Wahrscheinlichkeit jetzt hoch, dass eine Person mit einer akuten Atemwegserkrankung an dem neuen Coronavirus erkrankt ist.
- Zudem müssen alle nötigen und möglichen Massnahmen ergriffen werden, um die Übertragung zu verlangsamen, um die epidemische Kurve abzuflachen.

## Grundsätze

Distanzhalten (engl. social distancing), damit besonders gefährdete Personen geschützt werden können und die Anzahl der gleichzeitig am Coronavirus erkrankten Personen so niedrig wie möglich gehalten wird.

- Das Gesundheitssystem versorgt vorrangig die schweren Fälle sowie besonders gefährdete Personen.
- Das Gesundheitspersonal ist geschützt.
- Erkrankte, die keine medizinische Behandlung benötigen, bleiben zu Hause.
- Infizierte Personen können vor, während und nach Auftreten der Symptome ansteckend sein. Zudem können die Symptome sehr leicht sein und die Krankheit damit fast unbemerkt verlaufen. Daher müssen sich auch asymptomatische Personen verhalten, als wären sie ansteckend (Distanz zu anderen Menschen wahren). Sobald Symptome auftreten, müssen sie sich isolieren.

## Besonders gefährdete Personen

Personen über 65 Jahre sowie

Personen mit

- Behandeltem/therapiebedürftigem Bluthochdruck
- Chronischen Atemwegserkrankungen
- Diabetes
- Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Krebs

haben das höchste Risiko, dass schwere Verläufe auftreten.

Das Epidemien-Management ist darauf ausgerichtet, sie zu schützen.

## Umgang mit symptomatischen Personen

### **Bei Symptomen zu Hause bleiben: Selbst-Isolation**

Personen mit Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung (z. B. Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit) mit oder ohne Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen, ob getestet oder nicht, bleiben während mindestens 10 Tagen zu Hause.

Sie rufen nur dann eine Ärztin/einen Arzt an, wenn ihr Gesundheitszustand dies erfordert oder sich im Verlauf der Erkrankung verschlechtert:

- Bei erhöhtem Komplikationsrisiko (besonders gefährdete Personen)
- Atemnot
- Atemwegssymptome, die sich verschlimmern

Hinweis zu Schwangerschaft: Auch wenn gemäss jetzigem Kenntnisstand schwangere Frauen nicht zu den Personen gehören, die ein erhöhtes Risiko für schwere Verläufe haben, sollten sie bei Symptomen wie Fieber wie sonst üblich telefonisch ihre Gynäkologin/ihren Gynäkologen konsultieren.

Für die Selbst-Isolation erhalten die Patienten von Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin schriftliche Anweisungen zur Vermeidung von Übertragungen, bzw. können die Anweisungen auf der BAG-Seite [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus) herunterladen.

#### Dauer der Isolation:

Selbst-Isolation zu Hause: Bis 48 Stunden nach Abklingen der Symptome, sofern seit Symptombeginn mindestens 10 Tage verstrichen sind.

Isolation im Spital: Rückkehr nach Hause, sobald der klinische Zustand dies zulässt, oder Aufhebung der Isolation im Spital entsprechend den bei der Selbst-Isolation aufgeführten Kriterien.

#### Testkriterien

Getestet werden prioritär Patientinnen und Patienten mit Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung (**z. B. Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit**) mit oder ohne Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen

UND

bei denen eines der folgenden Testkriterien erfüllt ist:

1. Schwere Symptome, d. h. Vorliegen von medizinischen Kriterien für eine Hospitalisierung (bilaterale Pneumonie, ARDS...)
2. Personen mit erhöhtem Komplikationsrisiko (besonders gefährdete Personen)
3. Gesundheitspersonal in Kontakt mit Patienten oder Bewohnern von Pflegeheimen oder Gesundheitseinrichtungen

Die behandelnden Ärztinnen/Ärzte können entscheiden, symptomatische Personen zu testen, die diesen Kriterien nicht entsprechen, wenn dies z. B. dem Schutz von Drittpersonen, die besonders gefährdet sind, dient. Allerdings sollte nach Möglichkeit vermieden werden, dass Personen das Gesundheitssystem in Anspruch nehmen, die nicht darauf angewiesen sind. Solange keine spezifische Behandlung verfügbar ist, hat ein Test keinen Einfluss auf die ambulante Therapie.

Spitäler melden an das Kantonsarztamt und das BAG innerhalb von 24 Stunden klinische Befunde nach positivem PCR-Nachweis bei hospitalisierten COVID-19-Fällen ([www.bag.admin.ch/infreporting](http://www.bag.admin.ch/infreporting)).

#### Umgang mit Kontakten von symptomatischen Personen: Selbst-Quarantäne

Kontakte von erkrankten Personen (im gleichen Haushalt lebende Personen und Intimkontakte) werden aufgefordert, zu Hause zu bleiben, wenn sie mit der erkrankten Person Kontakt hatten

- während sie symptomatisch war
- in den 24 Stunden, bevor die ersten Symptome auftraten

Die oben genannten Kontaktpersonen müssen für 10 Tage zu Hause in Quarantäne bleiben. Die 10 Tage beginnen ab dem Tag, an dem der Fall isoliert wurde. Sie müssen

- auf ihren Gesundheitszustand achten,
- jeglichen Kontakt mit anderen Personen (ausgenommen Personen, die ebenfalls im gleichen Haushalt unter Quarantäne stehen), vermeiden und
- sich beim Auftreten von Symptomen in Selbst-Isolation begeben (gemäss BAG-Anweisung Selbst-Isolation, erhältlich auf der BAG-Seite unter [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)).

Für die Selbst-Quarantäne erhalten die betroffenen Personen eine Anweisung zur Vermeidung von Übertragungen, bzw. können die Anweisungen auf der BAG-Seite unter [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus) herunterladen.

Personen, die mit einem bestätigten COVID-19-Fall Kontakt hatten und nicht mit der erkrankten Person in einem Haushalt leben, oder Intimkontakte hatten, können auch aufgefordert werden, sich in Selbst-Quarantäne zu begeben. Dies zum Beispiel, wenn sie dadurch besonders gefährdete Personen schützen. Allgemein ist es jedoch möglich, dass jeder/jede einen möglichen Kontakt mit einer infizierten Person hatte. Jede Person soll sich daher so verhalten, dass das Virus möglichst nicht an andere übertragen wird.

Die derzeitige Lage erfordert es, dass die Übertragung des Virus maximal gebremst wird. Daher wird die Zeitdauer der Selbst-Quarantäne jetzt auf 10 Tage verlängert. Personen, die nach den Regeln vom 9. März 2020 in Quarantäne sind, können diese nach den alten Empfehlungen (5 Tagen) beenden. Sie müssen, wie empfohlen, auch nach der Quarantäne ihre Gesundheit beobachten und sich an die Hygiene- und Verhaltensempfehlungen des BAG halten.

**Gesundheitsfachpersonen** mit Patientenkontakt, die ungeschützt Kontakt mit einem bestätigten Fall oder einer an einer akuten Atemwegsinfektion erkrankten Person (im gleichen Haushalt lebende Personen und Intimkontakte) hatten, können weiterarbeiten, tragen ständig eine Hygienemaske und achten auf eine einwandfreie Händehygiene. Sie überwachen ihren Gesundheitszustand; beim Auftreten von Symptomen lassen sie sich testen und bleiben der Arbeit fern. (Siehe Empfehlungen von Swissnoso: [www.swisnoso.ch](http://www.swisnoso.ch)).

### **Schutz der Gesundheitsfachpersonen**

Die Empfehlungen zum Schutz der Gesundheitsfachpersonen mit Patientenkontakt befinden sich auf der Internetseite von Swissnoso: [www.swisnoso.ch](http://www.swisnoso.ch)

### **Hygiene- und Verhaltensregeln für die Bevölkerung**

Die Kampagne des BAG informiert über die Hygiene- und Verhaltensregeln. Weitere Empfehlungen finden sich auf der Webseite: [www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

Die Kampagnenmaterialien können heruntergeladen und bestellt werden unter: [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)