



## COVID-19: Information zur eigenverantwortlichen Selbstisolation

Stand: 01.04.2022

### Was sollten Sie tun, wenn Sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden

**Sie sollten sich zu Hause isolieren, damit Sie keine anderen Personen anstecken. Das gilt auch, wenn Sie keine Symptome haben.**

In der Regel kann die eigenverantwortliche Selbstisolation zu Hause beendet werden, sobald **seit Symptombeginn oder, falls Sie keine Symptome haben, seit Testdatum mindestens 5 Tage vergangen sind und Sie seit mindestens 48 Stunden keine Symptome mehr haben.**

### Überwachen Sie Ihren Gesundheitszustand

Melden Sie sich telefonisch bei Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt oder beim ärztlichen Notfalldienst 230 30 30, wenn Sie sich über Ihren Zustand Sorgen machen oder wenn eines der folgenden Symptome auftritt:

- mehrere Tage anhaltendes Fieber
- mehrere Tage anhaltendes Schwächegefühl
- Atemnot
- starkes Druckgefühl oder Schmerzen in der Brust
- neu auftretende Verwirrtheit
- bläuliche Lippen oder Gesicht

**Bitte wenden Sie die weiterhin gültigen Hygiene- und Verhaltensempfehlungen im Zusammenhang mit dem immer noch zirkulierenden Virus an.**

Maskentragen (insbesondere das Tragen einer FFP2-Maske), regelmässige Händedesinfektion und vermehrtes Lüften mindert das Risiko einer Virusübertragung.

Vermeiden Sie soweit wie möglich den Kontakt zu anderen Personen.

**Bitte beachten Sie, dass Ihre Infektion mit einer der aktuell vorherrschenden Virusvarianten ohne zusätzliche Impfung nicht zu einer ausreichenden Immunität und somit zum Schutz vor Infektionen mit anderen Virusvarianten und potentiell schwerwiegenden Krankheitsverläufen führt.**

Sollten Sie noch ungeimpft sein, sollten Sie aus diesen Gründen trotz durchgemachter Erkrankung erwägen, sich impfen zu lassen.

Ein vollständiger Impfschutz schützt auch vor länger anhaltenden oder verzögert auftretenden Beschwerden im Rahmen einer Post-COVID oder Long-COVID-Erkrankung.

Lassen Sie sich diesbezüglich von Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt beraten.