



## Merkblatt für Quarantäne

### Wichtige Informationen für enge Kontaktpersonen

Sie hatten **engen Kontakt** zu einer corona-positiven Person. Deshalb hat Sie das Gesundheitsamt Heidenheim für **14 Tage in Quarantäne** gesetzt (§4 Corona-Verordnung Absonderung). Unten finden Sie den Link zur Corona-Verordnung Baden-Württemberg.

#### Im Folgenden erhalten Sie wichtige Informationen für die Zeit Ihrer Quarantäne:

- Sie dürfen während der **Quarantänezeit** Ihre Wohnung nicht verlassen, auch nicht zum Einkaufen. Sie dürfen keinen Besuch empfangen.
- Achten Sie jeden Tag auf **Symptome** wie Fieber, Schnupfen, Husten, Halsweh, Gliederschmerzen, Bauchbeschwerden oder ein allgemeines Krankheitsgefühl.
- **Beim Auftreten von Symptomen rufen Sie uns an:**

Gesundheitsamt Heidenheim

**07321 / 321 - 2620** oder - **2653**

Mo - Fr: 8 - 16 Uhr, Wochenende, Feiertag: 10 - 12 Uhr

[gesundheitsamt@landkreis-heidenheim.de](mailto:gesundheitsamt@landkreis-heidenheim.de)

- Bei Symptomen kommt das Gesundheitsamt zu Ihnen nach Hause und macht einen kostenlosen **PCR-Test** auf Corona.
- Falls Sie in der Quarantäne **ärztliche Hilfe** benötigen, wenden Sie sich **telefonisch** an Ihren **Hausarzt**. Bei medizinischen Notfällen wählen Sie die **112**. Geben Sie dabei bitte immer an, dass Sie sich als **enge Kontaktperson in Quarantäne** befinden.
- Während der Quarantäne empfiehlt das Robert Koch-Instituts (RKI) **sich selbst** mit **Antigen-Schnelltests** mit folgendem Schema zu testen:
  - am 1. Tag der Quarantäne
  - mindestens 2 Selbst-Tests in der Woche
  - **am 14. Tag Entlass-Abstrich und Entlass-Anruf des Gesundheitsamtes.**
- Ihre **Haushaltsangehörigen** unterliegen nicht der Quarantäne. Diese müssen sich aber zwischen dem 5. und 7. Tag in einem Testzentrum testen lassen.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie während Ihrer Quarantänezeit gesund bleiben und bedanken uns schon mal im Voraus für die gute Zusammenarbeit.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Gesundheitsamt Heidenheim.

Weitere Informationen finden Sie unter:

- <https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/uebersicht-corona-verordnungen/coronavo-absonderung/>
- <https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/fragen-und-antworten-rund-um-corona/faq-quarantaene/>