

 **Zu
Hause
bleiben
schützt!**

#CoronaSN



Corona-Hotline: 0800-100 0214
www.coronavirus.sachsen.de



Freistaat
SACHSEN

Merkmale Verhalten beim Auftreten von Coronavirus-Infektionen



Gegenwärtig kommen weltweit Infektionen mit einem neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2 vor. Die Liste der aktuellen Risikogebiete ist auf den Seiten des Robert Koch-Instituts (RKI) abrufbar. Zum Öffnen der Internetseite zu den Risikogebieten nutzen Sie bitte die Fotofunktion Ihres Handys:

www.coronavirus.sachsen.de

Die Erkrankung mit dem neuen Coronavirus SARS-CoV-2 verläuft in den meisten Fällen als grippaler Infekt und ist von einem Schnupfen oder einer echten Grippe (Influenza) klinisch nicht unterscheidbar.

Verhalten im Umgang mit Personen, die an einer Atemwegserkrankung (grippaler Infekt) leiden

- Abstand halten.
- Direkten Körperkontakt mit Erkrankten (Umarmung, Küsschen, ggf. Händeschütteln) vermeiden.
- Berührung des eigenen Gesichts mit ungewaschenen Händen vermeiden.
- Häufiges, gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife.
- Häufiges und gründliches Lüften von geschlossenen Räumen.

Verhalten bei Erkrankung an einer Atemwegserkrankung (grippaler Infekt)

- Meiden Sie enge Kontakte zu Erkrankten.
- Melden Sie sich frühzeitig krank.
- Schicken Sie erkrankte Kinder nicht in eine Gemeinschaftseinrichtung (Kindergarten, Schule).
- Beachten Sie die Husten- und Nies-Etikette:
 - Beim Husten und Niesen weg-drehen von anderen Personen.
 - Husten und Niesen erfolgt in die Armbeuge oder in Einwegtaschentücher.
 - Entsorgung von gebrauchten Einwegtaschentüchern in Mülleimer.
 - Häufiges, gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife.
- Wenn Sie ärztliche Hilfe benötigen, vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit Ihrem Hausarzt und weisen Sie auf Ihre Atemwegserkrankung hin.

- Wenn Sie **Symptome** wie Fieber, Muskelschmerzen, Husten, Schnupfen oder Durchfall entwickeln und Sie in letzten **14 Tagen** in einem der Coronavirus-Risikogebiete (www.coronavirus.sachsen.de) waren oder Kontakt mit einem **bestätigten** Coronavirus-Fall hatten, so vermeiden Sie zunächst alle nicht notwendigen Kontakte zu anderen Menschen und bleiben zu Hause! Setzen Sie sich bitte umgehend telefonisch mit Ihrer Hausarztpraxis in Verbindung oder rufen Sie den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Telefonnummer **116 117** an. Der Hausarzt oder der kassenärztliche Bereitschaftsdienst bespricht mit Ihnen das weitere Vorgehen.

Verhalten bei Kontakt zu einem bestätigten Coronavirus-Fall

Hatten Sie innerhalb der letzten 14 Tage Kontakt zu einem bestätigten Coronavirus-Fall, so kontaktieren Sie bitte umgehend das zuständige Gesundheitsamt. Dies muss in jedem Fall erfolgen – unabhängig vom Auftreten von Symptomen.

Mögliche Maßnahmen des Arbeitgebers

- Ggf. Aktualisieren der Gefährdungsbeurteilung durch den Betriebsarzt.
- Regelmäßige Unterweisung der Beschäftigten über hygienisches Verhalten.
- Bereithalten von gut erreichbaren und gut ausgestatteten Waschmöglichkeiten für die Hände.
- Desinfektionsmittel sind im nicht-medizinischen Bereich nicht erforderlich.
- Lüften der Arbeitsräume etwa 4 mal täglich für ca. zehn Minuten.
- Verwenden von Einmalhandtüchern.
- Sofern möglich und mit den betrieblichen Belangen vereinbar: Ermöglichen von Heimarbeit/Telearbeit.



Staying at home protects!

#CoronaSN



Corona Hotline: 0800-100 0214
www.coronavirus.sachsen.de



Freistaat
SACHSEN

Leaflet: What to do at the onset of coronavirus infections



Infections with a novel SARS-CoV-2 coronavirus are occurring worldwide. The list of the current risk areas is available from the Robert Koch Institute (RKI) website. To open the website, please use the photo function of your mobile telephone:
www.coronavirus.sachsen.de

The illness occurring with the new SARS-CoV-2 coronavirus is mostly in the form of a flu-like infection and is clinically indistinguishable from a common cold or a real flu (influenza).

Behaviour with persons suffering from a respiratory illness (flu-like infection)

- Keep your distance.
- Avoid direct physical contact with the sick person (hugging, kissing, shaking hands).
- Avoid touching your own face with unwashed hands.
- Wash your hands frequently and thoroughly with soap and water.
- Ventilate closed rooms frequently and thoroughly.

Behaviour when suffering from a respiratory illness (flu-like infection) yourself

- Avoid close contact with sick people.
- Call in sick at an early stage.
- Do not send sick children to a community institution (kindergarten, school).
- Observe the rules on coughing and sneezing:
 - Turn away from other persons when coughing or sneezing.
 - Cough and sneeze into your elbow or use disposable tissues.
 - Dispose of used disposable tissues in the waste bin.
 - Wash your hands frequently with water and soap.
- If you need medical help, make an appointment by telephone with your family doctor and point out to him your respiratory illness.

- If you develop **symptoms**, such as fever, muscular pains, coughing, a cold or diarrhoea and you have been in one of the coronavirus risk areas (www.coronavirus.sachsen.de) – or have had contact with a **confirmed** case of the coronavirus – in the last **14 days**, then first of all avoid any unnecessary contact with other persons and stay at home! Please immediately contact your family doctor by telephone or call the Medical On-call Service (kassenärztlicher Bereitschaftsdienst) at the telephone number **116 117**. Your family doctor or the Medical On-call service will discuss with you the further steps to be taken.

Behaviour when in contact with a confirmed case of the coronavirus

If you have had contact with a confirmed case of the coronavirus in the last 14 days, then please immediately contact your local Health Office (Gesundheitsamt). You must do this in any case – irrespective of the occurrence of symptoms.

Possible actions by employers

- If necessary, update the risk assessment by the company doctor.
- Regularly instruct employees on hygienic behaviour.
- Ensure easily accessible and well-equipped washing facilities for the hands.
- Disinfectants are not required in non-medical areas.
- Ventilate the work rooms about 4 times a day for approx. ten minutes.
- Use disposable tissues.
- Wherever possible and compatible with business interests: arrange for homeworking/teleworking.



البقاء في المنزل يحمي!

#CoronaSN

Freistaat
SACHSEN



الخط الساخن لكورونا: 08001000214
www.coronavirus.sachsen.de





تظهر في الوقت الحالي على مستوى العالم عدوى فيروس كورونا المستجد المعروف باسم SARS-CoV-2 ، ويمكن الاطلاع على قائمة بمناطق الخطر الحالية على الموقع الإلكتروني لمعهد روبرت كوخ (RKI) للأمراض المعدية. ومن أجل فتح صفحة الإنترنت الخاص بمناطق الخطر ترحب منكم استخدام خاصية الصور بهاتفك المحمول. www.coronavirus.sachsen.de

- إن كانت لديك أعراض مثل الحمى أو آلام المفاصل أو السعال أو الرشح أو الإسهال أو كنت في آخر 14 يوماً في إحدى مناطق الخطر الموبوءة بفيروس كورونا (www.coronavirus.sachsen.de) أو حدث اتصال بينك وبين حالة إصابة مؤكدة بفيروس كورونا فيجب عليك بداية تجنب جميع عمليات الاتصال غير الضرورية بالأخرين والبقاء في المنزل! تواصل على الفور هاتفياً بعبادة طبيب الأسرة أو اتصل بخدمة الطوارئ الطبية التابعة لمنظمة المزودين المفضلين عبر رقم الهاتف 116 117 . يقوم طبيب الأسرة لديك أو خدمة الطوارئ الطبية التابعة لمنظمة المزودين المفضلين بإخبارك بالخطوات اللاحقة.

التصرف عند الاتصال بحالة فيروس كورونا مؤكدة

- إن كان قد حدث في آخر 14 يوماً اتصال بينك وبين حالة مؤكدة إصابتها بفيروس كورونا فيجب عليك على الفور إبلاغ مكتب الصحة المختص. ويجب القيام بهذا في كل حال - بصرف النظر عن ظهور أعراض من عدمه.

الإجراءات الممكنة لرب العمل

- عليك عند الضرورة تحديث تقييم المخاطر عن طريق طبيب المؤسسة.
- يجب توجيه العاملين بانتظام بشأن التصرفات المتعلقة بالصحة والنظافة.
- يجب توفير إمكانيات سهل الوصول إليها ومجهزة لغسل الأيدي بها.
- لا يلزم وجود أدوات التعقيم في غير المحيط الطبي.
- يجب تهوية أماكن العمل لحوالي 4 مرات يومياً لمدة عشر دقائق تقريباً كل مرة.
- استخدم المناديل الورقية التي تُستخدم لمرة واحدة.
- إن أمكن وبشرط توافق هذا مع المصالح المهنية: إتاحة العمل من المنزل/العمل بالهاتف.

- تحدث الإصابة بفيروس كورونا المستجد المعروف باسم SARS-CoV-2 غالباً في شكل عدوى بالإنفلونزا ولا يمكن التمييز سريريًا بينه وبين الرشح العادي أو الزكام الحقيقي (الإنفلونزا).

طريقة التعامل مع الأشخاص الذين يعانون من مرض الجهاز

التنفسي (عدوى بالإنفلونزا)

- ابتعد بمسافة كافية.
- تجنب الاتصال الجسدي المباشر مع المرضى (المعانقة، التقبيل، وكذلك المصافحة بالأيدي).
- تجنب ملامسة يديك لوجهك قبل غسل الأيدي.
- يجب غسل الأيدي باستمرار وبشكل جيد بالماء والصابون.
- يجب تهوية الغرف والأماكن المغلقة بشكل جيد ومتكرر.

التصرف في حالة الإصابة بمرض الجهاز التنفسي (عدوى بالإنفلونزا)

- تجنب الاتصال المباشر بالمرضى.
- أبلغ عن مرضك مبكراً.
- لا ترسل الأطفال المرضى إلى المؤسسات المجتمعية (رياض الأطفال، المدرسة).
- عليك مراعاة أصول العطس والسعال:
 - عند العطس والسعال التفت للجهة الأخرى بعيداً عن الأشخاص الآخرين.
 - يتم العطس والسعال في مرفق اليد أو في المناديل الورقية التي تُستخدم لمرة واحدة.
 - يجب التخلص من المناديل الورقية التي تُستخدم لمرة واحدة في سلة القمامة.
 - يجب غسل الأيدي باستمرار وبشكل جيد بالماء والصابون.
- إن كنت بحاجة إلى مساعدة طبية فعليك الاتفاق على موعد بالهاتف مع طبيب المنزل الخاص بك وإبلاغه بأنك تعاني من صعوبات في التنفس.