

# Coronavirus – so schützen wir uns

Für die Termine in der Praxis gelten folgende Regeln:

## Ihr Beitrag

Bitte sagen Sie den Termin ab, wenn Sie sich unwohl fühlen, oder Symptome wie Halsweh, Schnupfen, Fieber, Husten, Veränderungen des Geschmack- und Geruchsinns an sich bemerken, oder Kontakt mit einer an COVID erkrankten Person hatten.

Beachten Sie dazu auch das Infoblatt des Gesundheitsministeriums weiter unten.

Die Stornoregelung wird bei einer coronabedingten Absage ausgesetzt.

Sie tragen durchgehend eine FFP2 Maske ohne Außenventil.

Bitte waschen Sie sich gleich nach Ankommen in der Praxis die Hände mit Seife.

## Unser Beitrag

Wir tragen durchgehend eine FFP2 Maske ohne Außenventil.

Wir waschen uns regelmäßig die Hände mit Seife.

Wir planen die Termine so, dass sich nie mehr als die erlaubte Anzahl von Personen in der Praxis aufhält.

Wir halten in der Therapieeinheit den Mindestabstand von 2m ein.

Wir lüften die Räumlichkeiten regelmäßig und ausgiebig.

# Woran erkenne ich COVID-19?

**Halsweh, Husten, eine verstopfte Nase und Fieber** sind jetzt im Herbst und Winter oft Zeichen einer Erkältung oder Grippe (Influenza).

Diese Symptome können – einzeln oder gemeinsam – allerdings auch Anzeichen von **COVID-19** sein. Die Wahrscheinlichkeit steigt, wenn Sie

- **Geruchs- und Geschmacksstörungen** haben,
- Kontakt mit einer **infizierten Person** hatten oder
- in einer **Region mit vielen COVID-Fällen** leben.

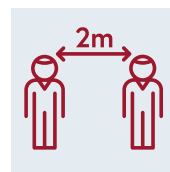
Auch **Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall**, Kurzatmigkeit, Atemnot, Appetitlosigkeit sowie Kopf-, Rücken- und Gliederschmerzen können Anzeichen von COVID-19 sein. Selten treten auch Hautausschläge, Augenentzündungen, Schläfrigkeit oder Bewusstseinsstörungen auf.

Bei den meisten Menschen – vor allem bei jüngeren ohne Vorerkrankungen – verläuft eine Infektion mit dem Coronavirus recht **mild** und **kann in vielen Fällen zu Hause behandelt werden**. Halten Sie jedenfalls Kontakt mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt und besprechen Sie mit ihr oder ihm Ihr persönliches Krankheitsrisiko und die nächsten Schritte.

## Beachten Sie bitte folgende Regeln bei allen Infektionen:



Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie Kontakt mit anderen Menschen.



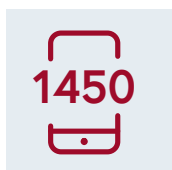
Halten Sie mindestens 2 Meter Abstand zu Personen, mit denen Sie nicht im gemeinsamen Haushalt leben.



Rufen Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt an, um das weitere Vorgehen zu besprechen. Gehen Sie **nicht direkt** in die Arztpraxis, sondern melden Sie sich vorher an und lassen Sie sich einen Termin geben.



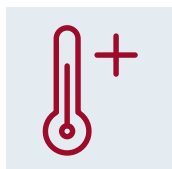
Husten oder niesen Sie in ein Papiertaschentuch oder in die Ellenbeuge.



Sollten Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt nicht erreichen, rufen Sie 1450 an.



Waschen Sie Ihre Hände so oft wie möglich mit Wasser und Seife.



Beobachten Sie Ihren Gesundheitszustand. Halten Sie Kontakt mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt.



Verwenden Sie eigene Handtücher, Bettwäsche und Geschirr. Teilen Sie diese auch nicht mit anderen Familienmitgliedern.



Falls die Beschwerden stärker werden und Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt nicht erreichen, rufen Sie 144 oder 1450 an.



Reinigen Sie regelmäßig Türschnallen, Armaturen, Tischoberflächen und den Toilettensitz mit Desinfektionsmittel.

# Coronavirus: So schütze ich mich



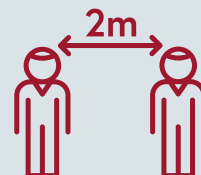
Wenn ich mich krank fühle, bleibe ich zu Hause und rufe meine Ärztin/meinen Arzt oder 1450 an, um das weitere Vorgehen zu besprechen.



Ich wasche regelmäßig meine Hände mit Seife oder verwende Desinfektionsmittel, um sie gründlich zu reinigen.



Ich niese oder huste in meine Armbeuge oder in ein Taschentuch, das ich gleich entsorge. So können sich Keime und Viren nicht so schnell verbreiten.



Ich halte mindestens 2 Meter Abstand zu anderen. Es darf auch gerne etwas mehr sein. So kann die Virus-Ausbreitung eingedämmt werden.



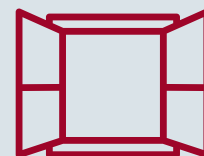
Wo es vorgeschrieben ist, trage ich eine FFP2-Maske. So schütze ich mich selbst und andere am besten. Ansonsten verwende ich einen eng anliegenden Mund-Nasen-Schutz.



Ich halte mich an die Ausgangsbeschränkungen, um das Ansteckungsrisiko für mich und andere zu reduzieren.



Ich achte bei persönlichen Kontakten darauf, dass wir uns kürzer und seltener treffen und verzichte bei der Begrüßung auf Umarmungen und Küsse.



Ich lüfte regelmäßig alle meine Wohnräume und reduziere dadurch die Konzentration von Viren in der Luft.



Viele meiner sozialen Kontakte pflege ich zurzeit besser übers Telefon oder Online. Das schützt uns alle.



Frische Luft tut uns allen gut. Für Treffen verabrede ich mich jetzt besser im Freien. So können sich Viren nicht so schnell übertragen.



Ich führe ein Kontakt-Tagebuch oder verwende die Stopp-Corona-App. So kann die Ausbreitung des Virus schnell verringert werden.



Bevor ich eine Ordination aufsuche, melde ich mich telefonisch an und warte eine Terminbestätigung ab.



Einen umfassenden Überblick über alle bundesweit gültigen Maßnahmen finde ich auf [sozialministerium.at/faqcoronavirus](https://sozialministerium.at/faqcoronavirus)