



Neues Coronavirus

Aktualisiert am 11.05.2020

SO SCHÜTZEN WIR UNS.

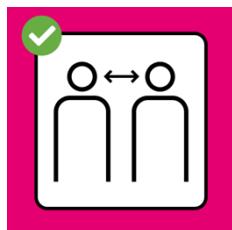


Faktenblatt

Wichtige Informationen über das neue Coronavirus und über die Verhaltens- und Hygieneregeln.

Was können Sie tun?

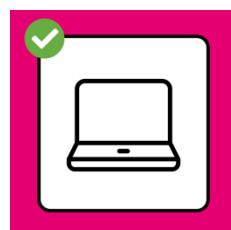
Befolgen Sie weiterhin die Hygiene- und Verhaltensregeln. Denn das neue Coronavirus soll sich nicht wieder stärker verbreiten.



Abstand halten.



Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstand halten nicht möglich ist.



Falls möglich, weiter im Homeoffice arbeiten.

Halten Sie sich konsequent an die Hygiene- und Verhaltensregeln.



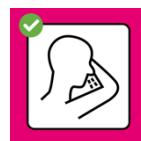
Abstand halten.



Gründlich Hände waschen.



Hände schütteln vermeiden.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.



Bei Symptomen zu Hause bleiben.

Die häufigsten Fragen und Antworten zum neuen Coronavirus

Der Bundesrat lockert weitere Massnahmen per 11. Mai 2020: Kinder und Jugendliche bis zur 9. Klasse dürfen wieder in die Schule. Einkaufsläden, Märkte, Museen, Bibliotheken und Restaurants dürfen unter strikter Einhaltung von Schutzkonzepten wieder öffnen.

Der Bundesrat stuft die Situation in der Schweiz noch immer als ausserordentliche Lage ein.

Befolgen Sie weiterhin die Hygiene- und Verhaltensregeln. Denn das neue Coronavirus soll sich nicht wieder stärker verbreiten.

Ansteckung und Risiken

Warum sind diese Hygiene- und Verhaltensregeln so wichtig?

Beim neuen Coronavirus handelt es sich um ein neues Virus, gegen das die Menschen noch **keine Immunabwehr (Abwehrkräfte)** haben. **Es kann zu vielen Ansteckungen und Erkrankungen** kommen. Deshalb müssen wir die Ausbreitung des neuen Coronavirus möglichst verlangsamen. Besonders Personen mit einem höheren Risiko, schwer zu erkranken, müssen wir schützen.

Das sind:

- Personen ab 65 Jahren
- Erwachsene mit folgenden Vorerkrankungen:
 - **Bluthochdruck,**
 - **chronische Atemwegserkrankungen,**
 - **Diabetes,**
 - **Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen.**
 - **Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie**
 - **Krebs**

Oder mit:

- **starkem Übergewicht (Fettleibigkeit, BMI von 40 oder mehr)**

Falls Sie unsicher sind, ob Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören, wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Wenn wir uns alle an die Verhaltens- und Hygieneregeln halten, können wir auch diese Personen besser schützen. Damit tragen wir auch dazu bei, dass Menschen mit schweren Erkrankungen in den Gesundheitseinrichtungen weiterhin gut behandelt werden. Denn auf den Intensivstationen sind die Behandlungsräume und Beatmungsgeräte begrenzt verfügbar.

Sie sind über 65 oder haben eine der oben aufgeführten Vorerkrankungen?

Dann gelten folgende Massnahmen:

- Sie können Ihr Zuhause verlassen, solange Sie strikt die Hygiene- und Verhaltensregeln befolgen. Vermeiden Sie Orte mit vielen Personen (zum Beispiel Bahnhöfe, öffentliche Verkehrsmittel) und Stosszeiten (zum Beispiel Einkaufen am Samstag, Pendelverkehr).
- Vermeiden Sie unnötige Kontakte und halten Sie Abstand zu anderen Personen (mindestens zwei Meter).
- Lassen Sie wenn möglich eine Freundin, einen Freund oder Nachbarn für Sie einkaufen oder bestellen Sie online oder per Telefon. Sie finden auch Unterstützungsangebote bei verschiedenen Organisationen, über Ihre Gemeinde oder im Internet.
- Nutzen Sie für geschäftliche und private Treffen bevorzugt das Telefon, Skype oder ein ähnliches Hilfsmittel.

Wenn Sie zum Arzt müssen, fahren Sie mit Ihrem Auto oder Velo oder gehen Sie zu Fuss. Ist das nicht möglich, dann nehmen Sie ein Taxi. Halten Sie mindestens zwei Meter Abstand zu anderen Personen und befolgen Sie die Hygieneregeln. **Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstand halten nicht möglich ist.**

Wenn Sie berufstätig und wegen Vorerkrankung gefährdet sind, muss Ihr Arbeitgeber Sie schützen.

Nützliche Infos finden Sie via Unia Schweiz: Ihre Rechte am Arbeitsplatz
<https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus>

Haben Sie ein oder mehrere **Krankheitssymptome** wie Husten (meist trocken), Halsschmerzen, Kurzatmigkeit, Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen oder plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns? **Dann rufen Sie sofort Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder ein Spital an. Auch am Wochenende.** Beschreiben Sie Ihre Symptome und sagen Sie, dass Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören.

Wie wird das neue Coronavirus übertragen?

Das neue Coronavirus wird hauptsächlich bei engem und längerem Kontakt übertragen: Wenn man zu einer erkrankten Person weniger als 2 Meter Abstand hält.

Die Übertragung erfolgt

- durch **Tröpfchen**: **Niest oder hustet** die erkrankte Person, können die Viren direkt auf die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen von anderen Menschen gelangen.
- über **die Hände**: Ansteckende Tröpfchen gelangen beim Husten und Niesen auf die Hände. Oder man berührt eine Oberfläche, auf denen sich Viren befinden. Sie gelangen in Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt.

Wann ist man ansteckend?

Beachten Sie: Wer am neuen Coronavirus erkrankt, ist während langer Zeit ansteckend. Nämlich:

- Schon **einen Tag vor Beginn** der Symptome – also bevor man merkt, dass man sich angesteckt hat.
- **Während man Symptome hat, ist man besonders ansteckend.**
- **Bis mindestens 48 Stunden, nachdem** man sich wieder ganz gesund fühlt. Schauen Sie deshalb weiterhin, dass Sie Abstand halten und sich regelmäßig mit Seife die Hände waschen

Sollen alle in der Öffentlichkeit eine Maske tragen?

Nein, wir empfehlen gesunden Personen nicht, in der Öffentlichkeit eine Maske zu tragen. Dies schützt sie nicht genügend vor einer Ansteckung mit dem Coronavirus. **Ausser: Abstand halten ist nicht möglich.**

Hingegen kann eine Maske verhindern, dass eine bereits infizierte Person andere ansteckt.

Weiterhin gilt: Befolgen Sie die Abstands- und Hygieneregeln.

Symptome, Diagnose und Behandlung

Welche Symptome treten bei einer Erkrankung mit dem neuen Coronavirus auf?

Folgende Symptome treten häufig auf:

- Husten (meist trocken)
- Halsschmerzen
- Kurzatmigkeit
- Fieber, Fiebergefühl
- Muskelschmerzen
- Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

Selten sind:

- Kopfschmerzen
- Magen-Darm-Symptome
- Bindegautentzündung
- Schnupfen

Die Symptome sind unterschiedlich stark, und können auch leicht sein. Ebenfalls möglich sind Komplikationen wie eine Lungenentzündung.

Wenn Sie eines oder mehrere der häufig vorkommenden Symptome haben, sind Sie eventuell am neuen Coronavirus erkrankt.

In diesem Fall:

- **Bleiben Sie zu Hause.**
- **Wenden Sie sich an eine Ärztin, einen Arzt oder eine Gesundheitseinrichtung und fragen Sie, ob Sie sich testen lassen sollen.**
- **Lesen Sie die Anweisungen zur «Isolation» (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) und halten Sie sich konsequent daran.**

Falls Sie älter als 65 Jahre sind oder eine Vorerkrankung haben, gilt: Bei einem oder mehreren der häufigen Symptome rufen Sie in jedem Fall sofort eine Ärztin oder einen Arzt an. Auch am Wochenende.

Sind Sie unsicher, wie Sie sich verhalten sollen?

Mit dem Coronavirus-Check unter <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> erhalten Sie nach dem Beantworten weniger Fragen eine Handlungsempfehlung des Bundesamts für Gesundheit (in Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch).

Auf der Website des Kantons Waadt unter <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> finden Sie einen Corona-Check in 8 weiteren Sprachen.

Der Coronavirus-Check ist kein Ersatz für eine professionelle medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung. Die im Check beschriebenen Symptome können auch in Zusammenhang mit anderen Krankheiten auftreten, die ein anderes Vorgehen erfordern.

Wenden Sie sich bei markanten Symptomen, die sich verschlimmern oder Sie beunruhigen, immer an eine Ärztin bzw. einen Arzt.

Wie wird eine Erkrankung mit dem neuen Coronavirus behandelt?

Die Behandlung beschränkt sich auf die Linderung der Symptome. Erkrankte werden zum Schutz anderer Personen isoliert. Bei einer schweren Erkrankung ist meist eine Behandlung auf der Intensivstation eines Spitals erforderlich. Unter Umständen braucht es eine künstliche Beatmung.

Haben Sie Beschwerden, ein Krankheitsgefühl oder Symptome, die nicht mit dem neuen Coronavirus in Zusammenhang stehen?

Gesundheitliche Beschwerden, Krankheiten und Symptome, die nicht das neue Coronavirus betreffen, müssen weiterhin ernst genommen und behandelt werden. Nehmen Sie Hilfe in Anspruch und warten Sie nicht zu lange: Rufen Sie einen Arzt oder eine Ärztin an.

Weitere Informationen

Sollte man öffentliche Verkehrsmittel meiden, besonders zu Stosszeiten?

ÖV kann man nutzen, sofern die Hygiene- und Verhaltensregeln eingehalten werden können. In Stosszeiten sollte man öffentliche Verkehrsmittel möglichst nicht nutzen. Ist das nicht möglich, soll man sich an den Massnahmen im Schutzkonzept des ÖV-Unternehmens orientieren.

Besonders gefährdeten Personen empfiehlt das BAG nach wie vor, die öffentlichen Verkehrsmittel möglichst zu meiden.

Muss ich in Zug, Bus oder Tram eine Maske benutzen, wenn ich den Abstand von 2 Metern nicht einhalten kann?

In schwach besetzten öffentlichen Transportmitteln ist das Tragen einer Hygienemaske nicht nötig. Zu Stosszeiten sollten Sie eine Hygienemaske tragen.

Ansammlungen von mehr als 5 Personen bleiben verboten.

Der Bundesrat hat am 20. März 2020 Treffen von mehr als 5 Personen in der Öffentlichkeit verboten. Mit Öffentlichkeit sind öffentliche Plätze, Spazierwege, Parkanlagen und Ähnliches gemeint. Wenn Sie sich mit anderen Personen treffen, müssen Sie immer einen Abstand von mehr als 2 Metern zueinander einhalten. Wenn Sie sich nicht daran halten, können Sie mit einer Busse bestraft werden. Für alle Menschen aus allen Altersgruppen gilt weiterhin: Halten Sie sich an die Verbote und Massnahmen des Bundesrates und an alle Empfehlungen. Schützen Sie sich selber und stecken Sie auch niemanden an!

Was kann ich tun, wenn meine Sprache im Spital nicht gesprochen und nicht verstanden wird?

Fragen Sie von Anfang an nach einem Dolmetscher oder einer Dolmetscherin. Es gibt auch Dolmetschdienste via Telefon. Wenn professionelle Dolmetschende beigezogen werden, müssen Sie Ihre Angehörigen nicht zum Dolmetschen mitnehmen und diese werden so vor Ansteckung geschützt. Sie haben bei medizinischen Eingriffen das Recht, zu verstehen und verstanden zu werden.

Müssen Sie zuhause bleiben und brauchen Sie Lebensmittel oder Medikamente?

Oder möchten Sie jemandem helfen?

Schauen Sie in Ihrer direkten Umgebung:

- Könnten Sie jemanden um Hilfe bitten?
- Oder könnten Sie jemandem Ihre Hilfe anbieten?

Weitere Möglichkeiten:

- Wenden Sie sich an ihre Gemeinde- oder Stadtverwaltung
- Nutzen Sie die App «Five up»
- Schauen Sie nach auf www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Hier gilt weiterhin: Die Verhaltens- und Hygieneregeln müssen immer gewährleistet und beachtet werden.

Haben Sie Kinder?

Kinder sollen nicht von den Grosseltern oder anderen besonders gefährdeten Personen gehütet werden. Schauen Sie, dass Kinder **höchstens zu fünf spielen**. Kindergruppen sollen bestehen bleiben; das heisst es spielen immer die gleichen Kinder zusammen. Und während die Kinder spielen, sollen sich die Erwachsenen nicht in Gruppen treffen.

Machen Sie sich Sorgen oder brauchen Sie jemanden zum Reden?

Hier finden Sie Informationen:

- Im Internet unter www.dureschnufe.ch / <http://www.santepsy.ch> / www.salutepsi.ch
- Telefonische Beratung unter 143 (Die Dargebotene Hand)

Fühlen Sie sich zuhause bedroht? Suchen Sie Hilfe oder Schutz?

- Telefonnummern und E-Mail-Adressen für anonyme Beratungen und Schutz in der ganzen Schweiz finden Sie unter www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch.
- Im **Notfall** rufen Sie die Polizei: Telefonnummer **117**

Weitere wichtige Telefonnummern:

- Der **Sanitätsnotruf** (Ambulanz) **144**: **Dieser** steht in der ganzen Schweiz rund um die Uhr für alle medizinischen Notfälle zur Verfügung.
- **Infoline** zum neuen Coronavirus: Unter der Nummer **058 463 00 00** werden Fragen zum neuen Coronavirus beantwortet.
- **Corona-Helpline des HEKS/EPER** in 10 Sprachen (Albanisch / Arabisch / Bosnisch-Serbisch-Kroatisch / Kurdisch / Persisch, Dari / Portugiesisch / Spanisch / Tamilisch / Tigrinya / Türkisch): Die **Nummer 0800 266 785** beantwortet Fragen zur Corona-Situation in der Schweiz und informiert über Hilfsangebote. Weitere Infos unter: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **Wenn Sie keinen Hausarzt haben: Medgate** steht Ihnen unter **0844 844 911** 24 Stunden an 7 Tagen, 365 Tage im Jahr zur Verfügung.

Rückkehr an den Arbeitsplatz

Wenn Betriebe und Institutionen wieder öffnen, werden die Menschen wieder mehr unterwegs sein. Unternehmen sollen Arbeitnehmende wie auch Kundinnen/Kunden mit Massnahmen bestmöglich vor einer Ansteckung mit dem Coronavirus schützen. Dazu müssen sie Schutzkonzepte erarbeiten sie _.

Was ist das neue Coronavirus? Was ist SARS-CoV-2 und was COVID-19?

Das neue Coronavirus wurde Ende 2019 in China aufgrund einer aussergewöhnlichen Häufung von Lungenentzündungen in der zentralchinesischen Stadt Wuhan entdeckt. Das Virus erhielt den Namen SARS-CoV-2 und gehört zur selben Familie wie die Erreger des «Middle-East Respiratory Syndrome» MERS und des «Schweren Akuten Respiratorischen Syndroms» SARS.

Der durch das neue Coronavirus verursachten Krankheit hat die WHO am 11. Februar 2020 einen offiziellen Namen gegeben: COVID-19, kurz für «coronavirus disease 2019» oder auf Deutsch «Coronavirus-Krankheit 2019».

Die gegenwärtig verfügbaren Informationen lassen darauf schliessen, dass Tiere das Virus auf den Menschen übertragen haben und es sich nun von Mensch zu Mensch verbreitet. Der örtliche Ursprung ist wahrscheinlich ein Fisch- und Tiermarkt in der Stadt Wuhan, den die chinesischen Behörden unterdessen geschlossen haben.

Weitere Informationen:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH