

## Informationen des Kantons und des Spitalverbunds Appenzell Ausserrhoden zum

# CORONAVIRUS

**\* Bitte beachten Sie die zuletzt von Bundesrat und Kanton angeordneten Massnahmen und verhalten Sie sich entsprechend!**

### **Oberstes Ziel ist der Schutz der Gesundheit**

- durch Verlangsamung der Ausbreitung des Coronavirus und
- durch Sicherstellung einer bestmöglichen Gesundheitsversorgung.

### **Wie kann ich mich und andere vor einer Ansteckung schützen?**

- ➔ Befolgen Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln. Diese finden Sie unter [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch).

### **Ich fühle mich gesund. Ich hatte aber engen Kontakt zu einer Person, die am Coronavirus erkrankt ist:**

- ➔ Bleiben Sie zu Hause.
- ➔ Befolgen Sie die Anweisung des Bundesamtes für Gesundheit zur Selbst-Quarantäne (siehe Rückseite).

### **Ich fühle mich krank und habe grippeähnliche Beschwerden. Nie direkt zum Hausarzt oder ins Spital. Verhalten Sie sich wie folgt:**

- ➔ **Die Symptome sind schwach (Husten und Fieber):**
  - ➔ Bleiben Sie zu Hause.
  - ➔ Befolgen Sie die Anweisungen des Bundesamtes für Gesundheit zur Selbst-Isolation (siehe Rückseite).
- ➔ **Die Symptome sind stark (Atemnot oder Atemwegssymptome, die sich verschlimmern):**
  - ➔ Bleiben Sie zu Hause.
  - ➔ Rufen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin oder die Hotline des Kantons (071 353 67 97) an.
- ➔ **Ich habe Symptome und bin zusätzlich gefährdet, weil ich über 65 Jahre alt bin oder eine bestehende Vorerkrankung (siehe Rückseite) habe:**
  - ➔ Bleiben Sie zu Hause.
  - ➔ Befolgen Sie die Anweisungen des Bundesamtes für Gesundheit (siehe Rückseite).
  - ➔ Rufen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin oder die Hotline des Kantons (071 353 67 97) an.
- ➔ **Ich habe schwere Symptome und benötige dringend medizinische Hilfe:**
  - ➔ Rufen Sie zur medizinischen Beratung 0844 55 00 55 (täglich 24 Stunden) an oder
  - ➔ alarmieren Sie die Notrufzentrale 144 (täglich 24 Stunden).
- ➔ **Ich habe eine Frage zum Coronavirus. Informieren Sie sich:**
  - ➔ im Internet unter [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch) oder [www.ar.ch/corona](http://www.ar.ch/corona)
  - ➔ telefonisch über die Hotline des Bundesamtes für Gesundheit, 058 463 00 00 (täglich 24 Stunden)
  - ➔ telefonisch über die Hotline des Kantons, 071 353 67 97 (täglich 8–12 und 13–17.30 Uhr)
  - ➔ im Internet über [www.spitalverbund.ch/coronavirus](http://www.spitalverbund.ch/coronavirus)

---

## **Selbst-Quarantäne bedeutet:**

Sie sind gesund, hatten aber engen Kontakt mit einer Person, die bestätigt am neuen Coronavirus erkrankt ist.

- ➔ Wenn die erkrankte Person Ihr Partner ist oder Sie im selben Haushalt leben, bleiben Sie für 5 Tage ab der bestätigten Diagnose zu Hause.
- ➔ Vermeiden Sie in dieser Zeit jeglichen persönlichen Kontakt mit anderen Personen.
- ➔ Beachten Sie das Merkblatt «Selbst-Quarantäne» auf der Website des Bundesamtes für Gesundheit: <http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus>.
- ➔ Wenn die erkrankte Person nicht mit Ihnen im Haushalt lebt oder bei weiteren Fragen, hilft Ihnen die Hotline des Kantons: 071 353 67 97

---

## **Selbst-Isolation bedeutet:**

Sie haben Krankheitssymptome wie Fieber und Husten.

- ➔ Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie möglichst den persönlichen Kontakt zu anderen Personen.
- ➔ Nach dem Abklingen der Symptome bleiben Sie weitere 24 Stunden zu Hause.
- ➔ Beachten Sie das Merkblatt «Selbst-Isolation bei Fieber und Husten» auf der Website des Bundesamtes für Gesundheit: <http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus>
- ➔ Bei Fragen hilft Ihnen die Hotline des Kantons: 071 353 67 97

---

## **Gefährdete Personengruppe – so können Sie sich schützen:**

**Sind Sie älter als 65 Jahre oder haben eine der folgenden Vorerkrankungen:**

- Bluthochdruck
- Chronische Atemwegserkrankungen
- Diabetes
- Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Krebs

**Dann empfehlen wir Ihnen:**

- ➔ Meiden Sie öffentliche Verkehrsmittel.
- ➔ Kaufen Sie ausserhalb der Stosszeiten ein. Lassen Sie eine Freundin oder einen Nachbarn für Sie einkaufen.
- ➔ Meiden Sie Orte mit vielen Menschen (z.B. Kinos, Konzerte, Sportveranstaltungen, Treffen in Gruppen).
- ➔ Vermeiden Sie unnötige geschäftliche und private Treffen.
- ➔ Besuchen Sie Altersheime, Pflegeheime und Spitäler nur, wenn nötig.
- ➔ Vermeiden Sie Kontakte mit erkrankten Personen.
- ➔ Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie Atembeschwerden, Husten und Fieber haben. Rufen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin oder die Hotline des Kantons (071 353 67 97) an.

---

**Sie haben keinen Internetzugang? Melden Sie sich telefonisch über die Hotline des Kantons: 071 353 67 97 (täglich 8–12 und 13–17.30 Uhr).**

---