



## SARS-CoV-2

A koronavírusok megfertőzhetik az embert és különböző betegségeket okozhatnak: **a szokásos náthától kezdve** az egészen **súlyos lefolyású fertőzésekig** amilyen például a MERS és a SARS.

A SARS-CoV-2 **emberről emberre** terjedhet. Ismertek olyan esetek, amelyekben olyan emberek fertőztek, akiknek csak specifikus tünetei voltak.

A szakemberek jelenlegi állása szerint a vírus első sorban **cseppfertőzéssel** terjed.

## Fontos fogalmak

**Fertőzékenység:** Olyan ember, akiről feltehető, hogy elkapta a kórokozót anélkül, hogy beteg, beteggyanús vagy vírusgazda lenne.

**Vírusgazda:** Olyan ember, aki a kórokozót terjeszti, és általa fertőzésforrást jelenthet a nagyközönség számára anélkül, hogy beteg vagy beteggyanús lenne.

A **SARS-CoV** és a **MERS-CoV** a múltban jelentős járványkitörésekhez vezettek.

A **COVID-19** a betegség neve, amelyet a SARS-CoV-2 okoz.

A **karantén** saját és mindannyiunk védelmére szolgál az új koronavírussal való megfertőződés ellen. Lényege: a fertőzékenység, vagy potenciális vírusterjesztő (vírusgazda) személyek határozott ideig történő elkülönítése. A karantén **célja a betegség terjedésének megakadályozása.**

## Jogi rendelkezések

A karantén elrendelésének alapja a fertőzésvédelmi törvény 30 § (Infektionsschutzgesetz, §30 IfSG).

**Ha a munkában állók elrendelt karantén miatt keresetkiesést szenvednek, rendszerint jogosultak pénzügyi kártalanításra. Ezt az elrendelő hatóság intézi.**

Vegye figyelembe: Az elrendelt karantén megszegése pénzbírsággal és szabadságvesztéssel is sújtható!

Külföldi állampolgároknak tanácsoljuk, hogy a karantén elrendeléséről tájékoztassák a nagykövetségüket.

Bélyegző/kapcsolat

## További információk

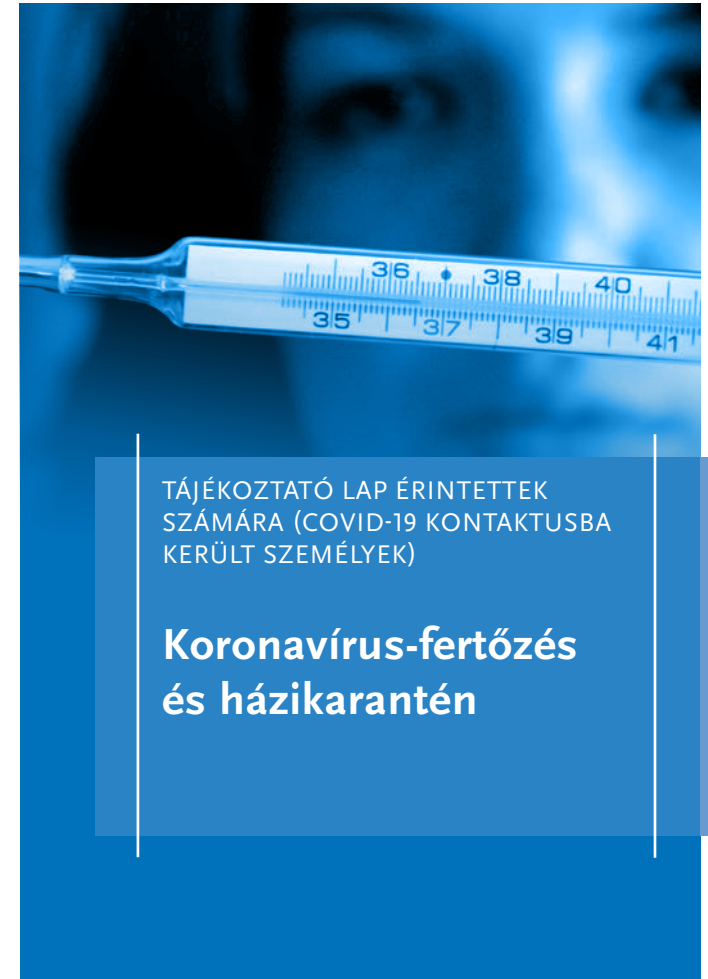


[www.rki.de/covid-19](http://www.rki.de/covid-19)



[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

A fordítást végezte az Egészségügyi Felvilágosítás Szövetségi Központja (BZgA).  
Kiadta: Robert Koch-Institut, Berlin, 2020 | Szerkesztőség: Informationsstelle des Bundes für Biologische Gefahren und Spezielle Pathogene (IBBS), Fachgebiet 14 – Angewandte Infektions- und Krankenhaushygiene | Grafika: [www.goebel-groener.de](http://www.goebel-groener.de)  
Címlap fotó: Gina Sanders – stock.adobe.com Nyomtatás: RKI-Hausdruckerei



TÁJÉKOZTATÓ LAP ÉRINTETTEK SZÁMÁRA (COVID-19 KONTAKTUSBA KERÜLT SZEMÉLYEK)

## Koronavírus-fertőzés és házikarantén

**14 NAPOT OTTHON**

## Maradjon otthon.

A karantén fontos. Saját és mindannyiunk védelmét szolgálja az új koronavírussal való megfertőződés ellen és célja a megbetegedések terjedésének csökkentése. Az intézkedést az illetékes hatóság – rendszerint a közegészségügyi hivatal – rendelheti el. Pontosan meghatározzák, meddig kell karanténban maradnia. Az intézkedés nem jár le automatikusan, csak miután azt az illetékes hatóság feloldotta.

Ön azok közé tartozik, akik gyaníthatóan fertőznek anélkül, hogy maguk betegek vagy beteggyanúsak lennének.

A COVID-19 esetén azért kerül sor karantén intézkedésekre, mivel ez a betegség hasonlóan súlyos lefolyású lehet mint az ugyancsak koronavírus okozta SARS<sup>1</sup> és MERS<sup>2</sup> kórképek. A COVID-19 terjedése a népességben azonban egyszerűbben és gyorsabban történik.

**Nagyon fontos, hogy pontosan betartsa a karantént és a higiéniai szabályokat** – akkor is, ha nincsenek panaszai. Önmagát és másokat védi vele.

**Övintézkedések:** Az újszerű koronavírus elkapása ellen védelmet jelenthet a köhögési, tüsszentési szabályok betartása kézhigiénia és a távolságtartás.



<sup>1</sup> Severe Acute Respiratory Syndrome

<sup>2</sup> Middle East Respiratory Syndrome

## Találjon támogatást.

### Orvosi ellátás:

- ▶ Ha egyéb, fennálló betegsége miatt sürgősen gyógyszerre vagy orvosi kezelésre van szüksége, forduljon a házi orvosához vagy a kezelő orvosához.
- ▶ Mondja el, mire van szüksége valamint hogy karantén intézkedés alatt áll.
- ▶ Olyan orvosi problémák esetén, amely miatt a karantént esetleg nem lehet betartani, értesítse a közegészségügyi hivalt.



**Haladéktalanul értesítse a közegészségügyi hivalt, ha betegnek érzi magát vagy a következő tüneteket tapasztalja:** Köhögés, nátha, fertőzőes nehézlégzés, láz.  
[www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)



Életveszélyes akut betegségek, mérgezések vagy súlyos sérüléseket hívja a **segélykérő számot (112)**. Tartsa be a vész hívásnál érvényes általános szabályokat és mondja meg, **hogy karantén intézkedés alatt áll!**

### Élelmiszerek beszerzése:

- ▶ Kérje meg a családtagokat, barátokat vagy a szomszédot, hogy segítsenek. Az élelmiszert egyszerűen letehetik az ajtaja elé.
- ▶ Adott esetben támogatást nyújt a tűzoltóság, a Technische Hilfswerk (THW) vagy a közösségben társadalmi munkában segítő önkéntesek.



## A családra nézve.

**Gyermekek családotknak** különös kihívás lehet a házikarantén, többek között, ha a gyerekek ellátásáról van szó.



- ▶ Próbáljanak meg, amennyire lehet, egymással kapcsolatban maradni.
- ▶ Ha a karantén után azt veszi észre, hogy a gyereket az óvodában vagy az iskolában kiközösítik, beszéljen a pedagógusokkal.

## Lelki egészség ápolása.

A karantén lelkileg és szociálisan megterhelő lehet. Ilyenek például a szorongás, aggodás a megfertőződés miatt, a kiközösítés érzése, magány, feszültség és alvászavarok.

- ▶ Még ha nem is lehet közvetlen kapcsolatban másokkal, telefonon, interneten vagy más médian keresztül tartsa továbbra is a kapcsolatot a barátokkal, családtagokkal.
- ▶ Fontolja meg, mi segíthetne még a megterhelő helyzetekben.
- ▶ Használja a rendelkezésre álló telefonos segítségnyújtó szolgáltatásokat, például a lelki segítségnyújtó vagy a válságkezeléssel kapcsolatos.
- ▶ A házikaranténban is használja ki a lehetőségeit a sportra (pl. otthoni edzőkészülékkel vagy végezzen egyszerű tornagyakorlatokat). Ezzel edzésben marad és levezetheti a káros feszültségeket.

