
Fragen und Antworten zur Absonderung und zu Kontaktpersonen:

Was ist bei einer Absonderung (Isolierung oder Quarantäne) zu beachten?

Basierend auf dem Erlass des Landes sind folgende Regeln zu beachten:

- Kein enger körperlicher Kontakt zu Familienangehörigen / anderen Personen.
- Ein Abstand von > 1,50 - 2m zu allen Personen ist einzuhalten.
- Tragen eines eng anliegenden Mund-Nasen-Schutzes, wenn es unvermeidlich ist, dass Sie den Raum mit Dritten teilen müssen. Der Mund-Nasen-Schutz ist bei Durchfeuchtung, spätestens nach zwei Stunden zu wechseln.
- Die vorgenannten Unterpunkte gelten nicht bei Personen, die persönliche Zuwendung oder Pflege brauchen oder diese durchführen und sich im gleichen Haushalt befinden (engster Familienkreis). Die Kontakte sind auf das notwendige Maß zu reduzieren.
- Während der Quarantäne soll ein Selbstmonitoring (Körpertemperatur, Symptome) durchgeführt werden und bei Auftreten von Symptomen eine sofortige Selbst-Isolierung und eine PCR-Testung erfolgen. Bei Auftreten von Symptomen wie Fieber oder erhöhter Temperatur, Husten, Reizung des Rachens oder Schnupfen sollte eine Abklärung durch eine Ärztin oder einen Arzt erfolgen.
- Nach Möglichkeit sollte im Haushalt eine zeitliche und räumliche Trennung zu nichtpositiven Haushaltsmitgliedern eingehalten werden. Eine „zeitliche Trennung“ kann z.B. dadurch erfolgen, dass die Mahlzeiten nicht gemeinsam, sondern nacheinander eingenommen werden. Eine räumliche Trennung kann z.B. dadurch erfolgen, dass Sie sich in unterschiedlichen Räumen aufhalten.
- Der Kontakt zu Mitbewohnern und Angehörigen sollte auf das Notwendigste beschränkt werden, wobei die o.g. Verhaltensmaßnahmen eingehalten werden sollten.
- Hygieneartikel sollten nicht mit anderen Haushaltsmitgliedern geteilt werden. Geschirr und Wäsche sollten ebenfalls nicht mit Haushaltsmitgliedern oder Dritten geteilt werden, nicht ohne diese zuvor zu waschen.
- Oberflächen, mit denen Personen häufig in Berührung kommen, sollten regelmäßig mit Haushaltsreiniger oder Flächendesinfektionsmittel gereinigt werden.
- Auf regelmäßiges Hände waschen, insbesondere vor und nach der Zubereitung von Speisen, dem Essen und dem Toilettengang.
- Sie sollten für regelmäßige Lüftung der Wohn- und Schlafräume sowie der Küche und dem Badezimmer sorgen.
- Ein direkter Weg bedeutet im Zweifelsfall die Nutzung eigenen Fahrzeugs, nicht aber die Nutzung des ÖPNV.

Wer gilt als enge Kontaktperson?

Personen, die sich im Nahfeld des Falls (<1,5 m) länger als zehn Minuten ohne adäquaten Schutz aufhielten gelten als enge Kontaktpersonen. Ein adäquater Schutz liegt vor, wenn die infizierte Person und die Kontaktpersonen durchgehend einen Mund-Nasen-Schutz oder FFP2-Maske so tragen, dass Mund und Nase vollständig bedeckt sind. Das gilt auch für Personen, die ein Gespräch mit einer infizierten Person mit einem direkten „Gesicht zu Gesicht“ – Kontakt mit einem Abstand von <1,5 m geführt haben unabhängig von der Gesprächsdauer ohne adäquaten Schutz. Auch nach einem direkten Kontakt (mit respiratorischem Sekret) wird eine Person als enge Kontaktperson eingestuft.

Muss ich mich als enge Kontaktperson mit einem bestätigten COVID-19-Fall oder einem positiven Test beim Gesundheitsamt melden?

Nein, eine Meldeverpflichtung der Betroffenen besteht nicht mehr. Generell gilt, dass so-wohl mit Covid-19 Infizierte als auch enge Kontaktpersonen eigenverantwortlich verpflichtet sind, sich in Absonderung zu begeben – unabhängig davon, ob sie vom Gesundheitsamt kontaktiert werden. Das Gesundheitsamt erhält Meldungen zu infizierten Personen über die etablierten Meldewege nach Infektionsschutzgesetz durch Ärzte, Labore und Einrichtungsleitungen.

Muss ich mich bei einer Ärztin oder einem Arzt melden, wenn ich Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall hatte?

Nein. Ärztinnen und Ärzte sind Ansprechpersonen, wenn Krankheitssymptome auftreten und dazu Fragen oder Hilfebedarf besteht. Sie sollten in der Regel nicht von gesunden Personen kontaktiert werden, damit sie Zeit haben, sich um Kranke kümmern zu können.

Wie verhalte ich mich nach einem Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall?

Nach Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall besteht grundsätzlich ein Ansteckungsverdacht. Enge Kontaktpersonen Infizierter sind daher eigenverantwortlich verpflichtet, sich ohne Anordnung des Gesundheitsamtes umgehend in häusliche Absonderung (Quarantäne) zu begeben.

Betroffene sollten nicht direkt einen Arzt aufsuchen, sondern nur nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung, entweder beim eigenen Hausarzt oder der Rufnummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes unter 116 117. Sowohl mit Covid-19 Infizierte als auch enge Kontaktpersonen sollten bekannte Kontaktpersonen eigenständig über den Infektionsfall informieren, sodass diese Personen ebenfalls eigenverantwortlich der Absonderungspflicht nachkommen können. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag, um Infektionsketten zu unterbrechen.

Sollten Sie durch die Corona-Warn-App darüber informiert werden, dass ein Kontakt zu einer positiv getesteten Person stattgefunden hat, wird Sie die App über weitere Schritte informieren. Sie sollten sich in jedem Fall nach Hause begeben oder anderweitig absondern und weitere Schritte telefonisch mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt absprechen.

Folgende Personen mit entsprechenden Nachweisen sind als Kontaktpersonen von der Absonderung ausgenommen. Sie müssen sich jedoch dann in Absonderung begeben, wenn Symptome, die auf eine Covid-19 Erkrankung hindeuten können, (Husten, Fieber oder erhöhte Temperatur, Schnupfen, Kurzatmigkeit, Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinns, Halsschmerzen, Kopf- und Gliederschmerzen und allgemeine Schwäche) auftreten oder sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden:

- Personen, die bereits eine Auffrischungsimpfung (Booster) erhalten haben
- Personen, die frisch doppelt geimpft sind (deren vollständige Impfung also weniger als drei Monate zurückliegt)
- Personen, die frisch genesen sind (deren Erkrankung also weniger als drei Monate zurückliegt)
- Personen, die doppelt geimpft und genesen sind.

Für Personen, die mit Johnson & Johnson geimpft wurden, gilt: Hier bedarf es nun auch einer zweiten Impfung für den Status „vollständig geimpft“ und somit einer dritten Impfung für die Auffrischung.

Wie lange muss ich mich nach einem Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall absondern?

Sowohl Kontaktpersonen als auch mit dem Coronavirus Infizierte müssen sich generell für zehn Tage in Quarantäne bzw. Isolierung begeben. Diese kann nach sieben Tagen mit einem negativen Antigen-Schnelltest oder PCR-Test vorzeitig beendet werden. Als Kontaktpersonen können Schülerinnen und Schüler sowie Kinder in den Angeboten der Kinderbetreuung bereits nach fünf Tagen mit einem negativen Antigen-Schnelltest oder PCR-Test vorzeitig die Quarantäne verlassen. Bei infizierten Kindern und Jugendlichen gelten dagegen die allgemeinen Absonderungsfristen bei einer Infektion mit der Möglichkeit, die Isolierung vorzeitig nach sieben Tagen bei Vorliegen eines negativen Tests zu beenden. Die Freitestung wirkt unmittelbar und muss nicht noch einmal erneut durch das Gesundheitsamt bestätigt werden. Eine Bestätigung des Gesundheitsamtes ist also nicht erforderlich, um die Absonderung zu verlassen.

Für Infizierte, die als Beschäftigte in Kliniken, Pflegeeinrichtungen und Einrichtungen der Eingliederungshilfe tätig sind, kann die Absonderung nach sieben Tagen ausschließlich mit einem PCR-Test vorzeitig beendet werden. Voraussetzung ist, dass vor der Testung nach sieben Tagen eine 48-stündige Symptomfreiheit besteht. Als Kontaktpersonen können diese Beschäftigten regulär nach sieben Tagen mit einem negativen Antigen-Schnelltest oder PCR-Test die Quarantäne vorzeitig beenden.

Wichtiger Hinweis: Unbeobachtete Selbsttests, die zum Beispiel zu Hause durchgeführt werden, sind zur Beendigung der Absonderung nicht zulässig. Es muss ein Antigen-Test oder PCR-Test gemacht und das negative Testergebnis muss entsprechend bescheinigt werden. Dazu kann zum Beispiel ein Testzentrum oder eine Teststation besucht werden. Dafür darf die Absonderung kurzzeitig verlassen werden. Zu Testangeboten in Schleswig-Holstein finden Sie hier weitere Informationen: [Corona-Teststationen](#).

Bestimmte Personengruppen sind als Kontaktpersonen von der Absonderung ausgenommen (s.o.).

Text: Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein