



# Aktuelle Informationen zum Coronavirus

Mit einfachen Maßnahmen können auch Sie helfen, sich selbst und andere vor Ansteckungen zu schützen, Krankheitszeichen zu erkennen und Hilfe zu finden.



## Schützen!

Halten Sie beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand – drehen Sie sich am besten weg. Niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das Sie danach entsorgen. Vermeiden Sie Berührungen, wenn Sie andere Menschen begrüßen und waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife.



## Erkennen!

Erste Krankheitszeichen sind Husten, Schnupfen, Halskratzen und Fieber. Einige Betroffene leiden zudem an Durchfall. Bei einem schweren Verlauf können Atemprobleme oder eine Lungenentzündung eintreten. Nach einer Ansteckung können Krankheitssymptome bis zu 14 Tage später auftreten.



## Handeln!

Haben Sie sich in einem Gebiet aufgehalten, in dem bereits Erkrankungsfälle mit dem neuartigen Coronavirus aufgetreten sind? Sollten innerhalb von 14 Tagen die oben beschriebenen Krankheitszeichen auftreten, vermeiden Sie unnötige Kontakte zu weiteren Personen und bleiben Sie nach Möglichkeit zu Hause. Kontaktieren Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt per Telefon und besprechen Sie das weitere Vorgehen bevor Sie in die Praxis gehen. Hatten Sie Kontakt zu einer Person mit einer solchen Erkrankung? Wenden Sie sich an Ihr zuständiges Gesundheitsamt.

Alle Informationen unter:

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



# Current information on the coronavirus

With simple measures, you too can help protect yourself and others from infection, recognise symptoms of disease and find assistance.



## Protect!

Stay as far away as possible from others when coughing or sneezing; better yet, face away from them. Sneeze into the crook of your arm or into a paper handkerchief that you then throw away immediately. Avoid touching other persons when greeting them and wash your hands regularly and thoroughly for at least 20 seconds with soap and water.



## Recognise!

The initial symptoms are coughing, a runny nose, sore throat and fever. Some patients also suffer from diarrhoea. Severe cases may experience breathing problems or develop a lung infection. Disease symptoms can emerge up to 14 days after infection.



## Act!

Have you spent time in an area that has already seen cases of the novel coronavirus? If, within 14 days, any of the above-mentioned disease symptoms emerge, avoid unnecessary contact with other persons and stay at home wherever possible. Get in touch with your doctor by phone and discuss how best to proceed, before going to his or her office. Have you had contact with someone suffering from such a disease? Get in touch with your local health office.

For all further information go to:

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



# Koronavirüsü hakkında güncel bilgiler

Basit önlemlerle siz hem kendinizin hemde diğer insanların bu hastalığa bulaşmasını önleyebilirsiniz. Ayrıca, bu hastalıkla ilgili tüm belirtileri anlayıp, bu konuda yardım talebinde bulunabilirsiniz.



## Korunmak!

Öksürürken yada hapşırırken mümkün olabilecek en uzun mesafeyi koruyunuz –en doğru hareket ise, onlara arkanızı dönmektir. Hapşırırken de mutlaka dirsek eklemimizin iç tarafına yada bir kağıt mendile/ selpaka hapşırıp akabinde bu kağıt mendili bir çöp kutusuna atınız. Diğer insanlarla karşılaştığınızda ise, mümkünse onlara dokunmamaya özen gösteriniz. Ellerinizi de mutlaka düzenli ve titiz/dipsel bir şekilde en az 20 saniye süreyle sabun ve suyla yıkayınız.



## Tanımak!

Bu hastalığın ilk belirtileri öksürük, nezle, boğaz ağrısı ve ateş olarak görülmektedir. Bu hastalığa yakalanmış olan bazı insanların ise ishal oldukları görülmektedir. Bahsi edilen bu hastalığın ciddi bir seyir göstermesi halinde ise, hastalarda solunum problemleri veya ak ciğer iltihabı (zatürree) belirtileri görülmektedir. Bazı hallerde ise, bu hastalığın ilk belirtileri ancak 14 gün sonra ortaya çıkabilmektedir.



## Davranmak!

Bahsi edilen bu yeni koronavirüs vakalarının ortaya çıktığı bir bölgede bulundunuz mu hiç? Eğer yukarıda belirtilmiş olan bu tür hastalık belirtileri sizde de görülüyor olması halinde, mümkün olduğunca diğer insanlarla hiç bir şekilde temasta bulunmayınız. Hatta mümkünse evinizde kalınız. Böyle bir vakanın söz konusu olması halinde ise, ev hekiminizin muayenehanesine gitmeyip, sadece telefonla ev hekiminizle temasa geçiniz ve onunla birlikte nasıl hareket etmeniz gerektiğini konuşunuz. Eğer siz, bu tür hastalık belirtileri görülmekte olan herhangi biriyle temasta bulduysanız ki, bu durumda bölgenizde bulunmakta olan resmi sağlık dairesiyle irtibata geçiniz.

Tüm bilgiler için bu sayfaya girebilirsiniz/tıklayabilirsiniz

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