

## COVID-19: Anweisungen zur Quarantäne

### Was zu tun ist, wenn Sie engen Kontakt mit einer Person hatten, die positiv auf das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) getestet wurde oder nach Einreise nach Liechtenstein aus einem Staat oder Gebiet mit erhöhtem Ansteckungsrisiko

Stand: 04.08.2020 (in Anlehnung an die Unterlagen des BAG)

**Sie hatten engen Kontakt mit einer am neuen Coronavirus erkrankten Person**, deren Erkrankung in einem Labor bestätigt wurde. Enger Kontakt heisst, dass Sie sich in der Nähe (Distanz von weniger als 1.5 Metern) einer infizierten Person während mehr als 15 Minuten ohne Schutz (Hygienemaske oder physische Barriere wie Plexiglasscheibe) aufgehalten haben. War diese Person während des Kontakts ansteckend<sup>1</sup>, müssen Sie sich für 10 Tage zu Hause in Quarantäne begeben. Das Amt für Gesundheit wird sich bei Ihnen melden und Ihnen Informationen und Anweisungen geben.

**Sie reisen in Liechtenstein ein und haben sich innerhalb der letzten 14 Tage in einem Staat oder Gebiet mit erhöhtem Risiko einer Ansteckung aufgehalten.** Sie sind verpflichtet, sich unverzüglich nach der Einreise auf direktem Weg in ihre Wohnung oder eine andere geeignete Unterkunft zu begeben. Sie müssen sich während 10 Tagen nach ihrer Einreise ständig dort aufhalten (Quarantäne) und sich innerhalb von zwei Tagen mit dem Formular [Rückreise aus Risikoländern](#) beim Amt für Gesundheit melden. Befolgen Sie die Anweisungen dieser Behörde. Die Kosten der Quarantäne sind vom Einreisenden selbst zu übernehmen. Es besteht in dieser Situation kein Anspruch auf Entschädigung bei Erwerbsausfall.

Folgende Anweisungen zeigen Ihnen, welche Vorsichtsmassnahmen Sie während der Quarantäne ergreifen müssen, um die Übertragung des Virus zu vermeiden. Alle wichtigen Informationen über das neue Coronavirus finden Sie auf der Website des Bundesamtes für Gesundheit (BAG): <http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus> und auf der Webseite des Amtes für Gesundheit <http://bit.ly/corona-fl>.

#### Soziale und berufliche Absonderung

- Bleiben Sie für 10 Tage (ab dem Datum des letzten Kontakts mit der ansteckenden Person) zu Hause oder in einer geeigneten Unterkunft.
- Vermeiden Sie jeglichen Kontakt mit anderen Personen. Ausgenommen sind Personen, die ebenfalls unter Quarantäne stehen und mit Ihnen im gleichen Haushalt leben.
- Bei schwerwiegenden technischen Problemen im Haushalt (z.B. Rohrbruch, Heizungsausfall, etc.) melden Sie sich bei Ihrer jeweiligen Wohngemeinde oder in Randzeiten bei Telefon 118.
- Befolgen Sie weiterhin die Hygieneregeln und Verhaltensempfehlungen der Kampagne «So schützen wir uns»: [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch).
- Ein negatives PCR-Testergebnis verkürzt die Dauer der Quarantäne nicht.

#### Überwachen Sie Ihren Gesundheitszustand

- Beobachten Sie Ihren Gesundheitszustand: Unwohlsein, Müdigkeit, Fieber, Fiebergefühl, Husten, Hals-, Brust-, Muskel-, Kopfschmerzen, Kurzatmigkeit, Hautausschläge, Durchfall, Erbrechen oder plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder des Geschmackssinns können unter anderem Zeichen einer Infektion mit dem neuen Coronavirus sein.

### **Wenn Symptome auftreten**

- Begeben Sie sich in Isolation und befolgen Sie die Anweisungen, die für die Isolation gelten. Sie finden alle nötigen Informationen auf der Website des Amts für Gesundheit <http://bit.ly/corona-fl>.
- Lassen Sie sich testen. Melden Sie sich telefonisch bei der medizinischen Hotline (+423 235 45 32). Sagen Sie, dass Sie gemäss der Anweisung des Amts für Gesundheit in Quarantäne waren und dass Sie Symptome haben. Wenn Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören, informieren Sie die Ärztin/den Arzt bereits am Telefon darüber.

### **Wenn Sie das Haus verlassen müssen (für eine Arztkonsultation):**

- **Tragen Sie eine Hygienemaske.** Falls eine solche nicht verfügbar ist, halten Sie einen Mindestabstand von 1.5 Metern zu anderen Personen ein.
- **Vermeiden Sie den öffentlichen Verkehr.** Nutzen Sie, falls es Ihr Gesundheitszustand zulässt, Ihr Auto oder Velo, gehen Sie zu Fuss oder rufen Sie ein Taxi.

### **Wenn Sie alleine leben**

- Lassen Sie sich Lebensmittel sowie andere unverzichtbare Produkte wie z. B. Medikamente durch Familienangehörige, Freunde oder einen Lieferservice vor die Haustür liefern.

### **Wenn Sie (und andere Personen) mit der erkrankten Person im gleichen Haushalt leben**

- Die erkrankte Person richtet sich allein in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nimmt die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer ein (siehe Anweisungen Isolation).
- Halten Sie 1.5 Meter Abstand von der erkrankten Person, wenn sie ihr Zimmer verlassen muss.
- Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte.
- Waschen Sie sich regelmässig die Hände.
- Teilen Sie Ihre Haushaltsgegenstände wie Geschirr, Gläser, Tassen oder Küchenutensilien nicht untereinander. Reinigen Sie diese Artikel nach Gebrauch in der Abwaschmaschine oder sorgfältig mit Wasser und Seife.
- Teilen Sie Handtücher oder Bettwäsche nicht untereinander. Waschen Sie Kleider, Bettwäsche und Badhandtücher regelmässig in der Maschine.
- Besonders gefährdete Personen<sup>1</sup> sollten während der Quarantäne-Dauer wenn möglich von den anderen Personen getrennt werden.

### **Wenn Sie mit anderen Personen, aber nicht der erkrankten Person, im gleichen Haushalt leben**

- Richten Sie sich allein in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nehmen Sie die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer ein.
- Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte und verlassen Sie das Zimmer nur, wenn nötig.
- Halten Sie 1.5 Meter Abstand von den anderen Personen im Haushalt, wenn Sie Ihr Zimmer verlassen müssen.
- Waschen Sie sich regelmässig die Hände.
- Benutzen Sie Ihr eigenes Badezimmer. Wenn dies nicht möglich ist, reinigen Sie die gemeinsamen sanitären Anlagen (Dusche, Toilette, Waschbecken) nach jedem Gebrauch mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel.
- Teilen Sie Ihre Haushaltsgegenstände wie Geschirr, Gläser, Tassen oder Küchenutensilien nicht mit anderen Personen. Reinigen Sie diese Artikel nach Gebrauch in der Abwaschmaschine oder sorgfältig mit Wasser und Seife.
- Achten Sie darauf, dass Ihre Handtücher nicht von anderen Personen verwendet werden.
- Waschen Sie Ihre Kleider, Bettwäsche und Badhandtücher regelmässig in der Maschine.

---

<sup>1</sup> Personen über 65 Jahre sowie Erwachsene mit Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronischen Atemwegserkrankungen, Krebs oder Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen, Adipositas Grad III (morbid, BMI  $\geq 40$  kg/m<sup>2</sup>)

## Waschen der Hände<sup>2</sup>

- Sie und die Personen in Ihrem Umfeld müssen sich die Hände regelmässig während mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife waschen. Sind Wasser und Seife nicht verfügbar, reinigen Sie Ihre Hände mit einem Hand-Desinfektionsmittel, indem Sie die ganzen Hände mit der Flüssigkeit einreiben, bis sie trocken sind. Seife und Wasser müssen vor allem dann verwendet werden, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind.
- Insbesondere vor und nach dem Zubereiten von Mahlzeiten, vor und nach dem Essen, nach der Toilette und immer, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind.

## Richtige Verwendung der Hygienemaske<sup>3</sup>

- Waschen Sie sich vor dem Anziehen der Maske die Hände mit Wasser und Seife oder mit einem Desinfektionsmittel.
- Setzen Sie die Hygienemaske vorsichtig auf, so dass sie Nase und Mund bedeckt. Drücken sie den Bügel in Form, ziehen Sie die Maske auseinander und ziehen Sie sie fest, so dass sie eng am Gesicht anliegt.
- Berühren Sie die Maske nicht mehr, sobald Sie sie aufgesetzt haben. Waschen Sie sich nach jeder Berührung einer gebrauchten Hygienemaske, z. B. beim Abnehmen, die Hände mit Wasser und Seife oder mit einem Desinfektionsmittel.
- Eine Hygienemaske kann maximal 4 Stunden getragen werden.
- Einweg-Hygienemasken dürfen nicht wiederverwendet werden.
- Werfen Sie die Einweg-Hygienemasken nach jeder Verwendung sofort nach dem Ausziehen weg.

## Soziale Kontakte während der Quarantäne

- Auch wenn Sie sich jetzt absondern müssen, heisst das nicht, dass sie alle sozialen Kontakte abbrechen müssen: Bleiben Sie mit Freunden und Familie über Telefon, Skype, etc. in Kontakt.
- Ist dies nicht möglich oder genügt dies nicht: Rufen Sie bei Sorgen, Ängsten oder Problemen die Telefonnummern des Kriseninterventionsteams +423 230 05 06 oder die „Dargebotene Hand“ 143 an.
- Online finden Sie weitere Informationen unter <http://www.dureschnufe.ch>.

## Ende der Quarantäne

- Wenn Sie nach 10 Tagen keine Symptome haben, können Sie sich nach Absprache mit dem Amt für Gesundheit wieder in die Öffentlichkeit begeben.
- Befolgen Sie weiterhin die Hygieneregeln und Verhaltensempfehlungen der Kampagne [«So schützen wir uns»](http://www.bag-coronavirus.ch): [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch).
- Überwachen Sie weiterhin Ihren Gesundheitszustand. Es kann vorkommen, dass die ersten Symptome erst später auftreten.

## Lohnfortzahlung bei behördlich verfügter Quarantäne

Sofern das Arbeitsverhältnis mehr als drei Monate gedauert hat oder für mehr als drei Monate eingegangen ist, haben Sie Anspruch auf Lohnfortzahlung für eine beschränkte Zeit. Können Sie Ihre Arbeit im Home Office erledigen, kann der Arbeitgeber sie dazu verpflichten.

---

<sup>2</sup> Video Richtiges Händewaschen: <https://youtu.be/gw2Ztu0H0YY>

<sup>3</sup> Video „So verwenden Sie eine Hygienemaske richtig“: <https://www.youtube.com/watch?v=GNkQKutS8cg&feature=youtu.be>  
Äulestrasse 51 | Postfach 684 | 9490 Vaduz | Liechtenstein | T +423 236 73 46 | [amtsaerztlicherdienst@llv.li](mailto:amtsaerztlicherdienst@llv.li) |