

Coronavirus (COVID-19)

GEMEINSAM GEGEN COVID-19 !

Einfache Massnahmen zur Begrenzung von Ansteckungen und zur Aufrechterhaltung eines sicheren Betriebs des Walliser Gesundheitssystems

Was soll ich tun, wenn ich Symptome des Coronavirus habe?



- Halten Sie sich strikt an die Barrieregesten. Vermeiden Sie, wenn möglich, alle Kontakte, um eine Ausbreitung des Virus zu verhindern! Informieren Sie Ihre Kontaktpersonen, damit diese sich vorsichtig verhalten können.
- **Lassen Sie sich testen, auch wenn Sie vollständig geimpft sind, nur leichte Symptome oder nur ein Symptom haben.**

Eine Liste der vom Kanton aufgelisteten Testzentren finden Sie unter:

www.vs.ch/coronavirus

- **Gehen Sie nicht spontan zum Arzt, sondern vereinbaren Sie telefonisch einen Termin und geben Sie an, ob Sie Symptome haben, die möglicherweise ansteckend sind.**

An wen kann ich mich wenden, wenn ich einen Arzt konsultieren möchte?



- **Wenn Sie infektiöse Symptome haben (Husten, Durchfall, grippeähnliche Zustände, Fieber), gehen Sie nicht ohne Vorankündigung zum Arzt !**
- Wenden Sie sich am besten **telefonisch** an Ihren Hausarzt oder an einen Arzt in der Region (search.ch). Wenn eine Konsultation in der Notaufnahme unumgänglich ist, melden Sie Ihre Symptome so schnell wie möglich nach den von den verschiedenen Institutionen festgelegten Verfahren.
- Sie können auch den medizinischen Notfalldienst (CHF 0.50/Anruf und CHF 2.-/Min., max. Fr. 30.50) kontaktieren, um sich unter folgenden Nummern beraten zu lassen:

Erwachsene: 0900 144 033 / Kinder: 0900 144 027

(Wenn Ihr Abonnement diese Nummern nicht zulässt, verwenden Sie ein anderes Telefon und/oder wenden Sie sich an Ihren Anbieter).

- Bei lebensbedrohlichen Notfällen rufen Sie die Nummer 144 an. Melden Sie mögliche infektiöse Symptome.

Wann muss ich mich in Isolation / Quarantäne begeben?



- Bis das Testergebnis vorliegt, müssen Sie sich isolieren, um eine Übertragung des Virus zu verhindern. Wenn das Testergebnis positiv ist, müssen Sie mindestens 10 Tage und bis zu 48 Stunden nach Abklingen der Symptome in **Isolation** bleiben.
- Wenn der COVID-Test negativ ist und Sie Symptome haben, bleiben Sie möglichst bis zu 24 Stunden nach dem Verschwinden oder der deutlichen Besserung der Symptome zu Hause und ergreifen Sie alle angemessenen Massnahmen, um eine Übertragung des Virus auf andere Personen zu verhindern.
- Personen, die einen engen potenziell infektiösen Kontakt mit einer an COVID-19 erkrankten Person hatten und bei denen daher der Verdacht auf eine Infektion besteht oder die sich in der Inkubationsphase befinden, müssen sich für 10 Tage unter **Quarantäne** stellen (Möglichkeit der Aufhebung der Quarantäne nach 7 Tagen bei Vorweisen eines negativen PCR- oder Antigentests, der am 7. Tag durchgeführt wurde, wenn in der Zwischenzeit keine Symptome aufgetreten sind).
- Unter bestimmten Bedingungen können Sie von der Quarantänepflicht befreit werden:
 - **Wenn Sie sich vor dem Kontakt bereits mit dem Coronavirus angesteckt haben und Sie geheilt sind:**
in den 12 Monaten ab dem 11. Tag nach Ihrer Infektion
 - **Wenn Sie vollständig geimpft sind:**
für 12 Monate ab dem Zeitpunkt, ab dem Sie vollständig geimpft sind.
 - **Wenn Sie einen positiven Serologietest vorweisen können :**
wenn Sie innerhalb der letzten 90 Tage eine positiven serologischen Test erhalten haben.
 - **Wichtig ist aber, sich trotz der Befreiung von der offiziellen Quarantäne 7-10 Tage lang vorsichtig und sicher zu verhalten, weil eine Ansteckung nicht völlig ausgeschlossen werden kann!**

ERINNERUNG AN BARRIEREGESTEN



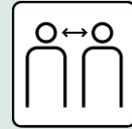
Bei Symptomen testen lassen.
Bleiben Sie zu Hause.
Kontaktpersonen informieren.



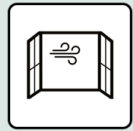
Kontakte minimieren.



Maske tragen.



Abstand halten.



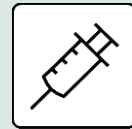
Regelmässig lüften.



Hände waschen oder desinfizieren.



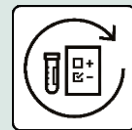
Wenn möglich Homeoffice.



Empfehlung: Lassen Sie sich impfen.



Wenn gefordert: Zertifikat und einen
Ausweis mitnehmen.



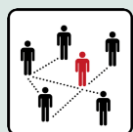
Sich regelmässig testen lassen,
auch ohne Symptome.



Hände schütteln vermeiden.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und
niesen.



Zur Rückverfolgung immer vollständige
Kontaktdaten angeben.