



MEIN SELBSTTEST IST POSITIV – WAS MUSS ICH JETZT TUN?

ACHTUNG: Entsprechend der Änderung beim Fall- und Kontaktpersonenmanagement werden Personen, die positiv auf das Coronavirus getestet wurden, durch das Gesundheitsamt nicht mehr telefonisch kontaktiert.

Weitere Informationen finden Sie auf:
www.coronavirus.stuttgart.de

Liebe Bürgerin, lieber Bürger,

Sie haben an sich einen sogenannten Selbsttest (ohne Beaufsichtigung geschulter Personen) auf das Coronavirus SARS-CoV-2 durchgeführt und Ihr Test ist positiv ausgefallen.

Im Folgenden erfahren Sie, was Sie im Falle eines positiven Testergebnisses beachten müssen.

1. Machen Sie einen PCR-Test

- Bei Vorliegen eines positiven Ergebnisses eines Selbsttests besteht nach der CoronaVO Absonderung die **Verpflichtung, dass Sie Ihr Ergebnis unverzüglich mittels eines zuverlässigeren PCR-Tests bestätigen lassen.**
- Bitte reduzieren Sie bereits Ihre Kontakte und sondern sich möglichst zuhause ab, bis das Ergebnis des PCR-Tests vorliegt.
- Vereinbaren Sie einen Termin für einen PCR-Test, entweder direkt in Ihrem Testzentrum, in einer Corona-Schwerpunktpraxis oder Online im Corona Testzentrum Wasen unter: corona-testzentrum-wasen.de.
- Weisen Sie die Teststelle bereits vorab auf Ihren positiven Selbsttest hin. Machen Sie am besten ein Foto Ihres positiven Selbsttests als Beleg.
- Wenn Sie Ihr zuhause zur Durchführung des PCR-Testes verlassen, begeben Sie sich bitte auf dem direktesten Weg zur Teststelle und zurück. Schutzmaßnahmen (AHA+L; **A**bstand halten, **H**ändehygiene, **a**llgemeine Maskenpflicht, **L**üften) sind dabei unbedingt zu beachten und nach Möglichkeit auf Öffentliche Verkehrsmittel zu verzichten.

2. Begeben Sie sich in Absonderung („Quarantäne“)

- Soweit möglich wird empfohlen, sich bis zum Vorliegen des bestätigenden PCR-Testergebnisses freiwillig in häusliche Absonderung zu begeben und Kontakte größtmöglich zu vermeiden.
- Eine Pflicht zur Absonderung besteht erst ab demjenigen Zeitpunkt, an dem ein positives PCR-Testergebnis vorliegt.

- Bitte halten Sie alle erforderlichen Hygiene-Regeln (AHA+ L; **A**bstand halten, **H**ändehygiene, **a**llgemeine Maskenpflicht, **L**üften) ein.
- Es ist davon auszugehen, dass Sie andere Personen anstecken können, auch wenn Sie keine Symptome haben. Coronavirus-Infektionen verlaufen in vielen Fällen ohne Symptome.
- Tragen Sie eine Maske, wenn Sie Kontakt zu anderen Personen in Ihrem Haushalt haben. Lüften Sie regelmäßig alle Zimmer der Wohnung. Vermeiden Sie direkten Kontakt zu weiteren Personen in Ihrem Haushalt: Bleiben Sie, wenn möglich, in einem eigenen Zimmer – auch bei den Mahlzeiten.

3. Informieren Sie Ihre Haushaltangehörigen

- Teilen Sie allen Ihren Haushaltangehörigen schnellstmöglich mit, dass Sie positiv getestet wurden und vermeiden Sie direkten Kontakt.
- Nur aus Ihrem positiven Selbsttest ergeben sich noch keine Absonderungsverpflichtungen für Ihre Haushaltsangehörigen.
- Wenn Sie oder Ihre Haushaltsangehörigen Symptome bekommen, nehmen Sie telefonisch Kontakt zu Ihrem Hausarzt oder hausärztlichen Notdienst (116117) auf. Haushaltsangehörige sollten sich – auch bei milden Symptomen – testen lassen.

4. Bei positivem PCR-Test

- Sollten Sie ein positives PCR-Testergebnis erhalten, unterliegen Sie automatisch der Absonderungspflicht (Corona-Verordnung Absonderung).
- Verlassen Sie Ihre Wohnung oder Ihr Haus nur in medizinischen oder sonstigen Notfällen. Wenn Sie einen Garten oder einen Balkon haben, können Sie sich dort alleine aufhalten.
- Die Absonderung endet (frühestens) 14 Tage nach dem positiven Selbsttest-Ergebnis oder ggf. den ersten Symptomen, je nachdem was zuerst auftrat. Die Absonderung endet nach Ablauf der Frist, wenn Sie seit mindestens 48 Stunden nahezu keine Symptome mehr haben (insbesondere kein Fieber und keine Atemnot; Geruchs- und Geschmackssinn können länger beeinträchtigt sein).
- Entsprechend der Änderung beim Fall- und Kontaktpersonenmanagement wird sich das Gesundheitsamt voraussichtlich **nicht** individuell telefonisch bei Ihnen melden. Ihr positives Testergebnis wird den Behörden jedoch übermittelt und die Einhaltung der Absonderung von der zuständigen Ortspolizeibehörde kontrolliert.
- Der positive PCR-Test wird dem Gesundheitsamt gemeldet. Sofern dem Gesundheitsamt eine Email-Adresse vorliegt, erhalten Sie vom Gesundheitsamt Zugangsdaten für eine Online-Plattform, in der Sie Ihre Haushaltangehörigen, engen Kontaktpersonen sowie Ihre Symptome verschlüsselt erfassen können. Wichtig für die Einteilung ist dabei, dass Sie bereits zwei Tage vor Symptombeginn bzw. vor Ihrem positiven Testergebnis potentiell für andere infektiös waren.

- Sofern Sie durchgehend frei von COVID-typischen Symptomen **UND vollständig geimpft sind**, so ist ein "**Freitesten**" anhand eines negativen PCR-Tests frühestens am fünften, ganzen Tag der Absonderung möglich.
(Hierzu vereinbaren Sie bitte einen Termin im Corona Testzentrum Cannstatter Wasen unter <https://corona-testzentrum-wasen.de/terminvereinbarung.php>. Sie müssen dort einen Nachweis über Ihren vorhergehenden positiven Befund vorlegen.)

Wichtig: Das negative ("Frei-")Testergebnis ist bis zum Ablauf der ursprünglichen 14-tägigen Absonderungspflicht mitzuführen und auf Verlangen der zuständigen Behörde vorzulegen. Bei auch nur milden COVID-Symptomen oder einem erneut positiven Ergebnis, bleiben Sie bitte bis zum Ablauf der ursprünglichen 14-tägigen Dauer in Absonderung!

bleiben Sie zu Hause und schränken Sie die Kontakte zu anderen weitestgehend ein. Außerdem muss eine Versorgung mit Lebensmitteln und Medikamenten gewährleistet sein.

Bitte kontaktieren Sie Ihren Hausarzt oder in dringenden Fällen außerhalb der Sprechzeiten den kassenärztlichen Notdienst (116 117) bzw. den Rettungsdienst (112).

- Ihre Haushaltangehörigen müssen sich ebenfalls sofort nach Kenntnis über Ihr positives Ergebnis in Quarantäne begeben. Dies gilt nicht für Haushaltsangehörige, die innerhalb der letzten sechs Monate nachweislich an COVID-19 erkrankt waren oder vollständig geimpft sind.
- Auch alle Ihre Haushaltsangehörigen dürfen die Wohnung oder das Haus nur in medizinischen oder sonstigen Notfällen verlassen. Wenn Sie einen Garten oder einen Balkon haben, können Sie und Ihre Haushaltsangehörigen sich dort alleine aufhalten.
- Die Quarantäne für Ihre Haushaltsangehörigen endet 10 Tage nach Ihrem positiven Testergebnis oder dem Auftreten der ersten Symptome bei Ihnen (je nachdem was zuerst auftrat), so lange Ihre Haushaltsangehörigen nicht selbst Symptome entwickeln und/oder positiv getestet werden.
Hinweis: Ihre Haushaltsangehörigen/engen Kontaktpersonen können sich aus der Quarantäne freitesten, weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: www.coronavirus.stuttgart.de.
- Sollte einer Ihrer Haushaltsangehörigen selbst positiv getestet werden, gilt für diese Person eine 14tägige Absonderung ab dem Auftreten der ersten, eigenen Symptome oder dem Datum des eigenen Tests (je nachdem was zuerst auftrat). Auf die Absonderung ggf. weiterer Haushaltsangehöriger, die selbst negativ getestet und symptomfrei sind, hätte das aber keine Auswirkungen.
- Sie und Ihre Haushaltsmitglieder dürfen keinen Besuch empfangen.
- Wenn Sie oder Ihre Haushaltsangehörigen Symptome bekommen und sich diese verschlimmern, nehmen Sie telefonisch Kontakt zu Ihrem Hausarzt oder hausärztlichen Notdienst (116117) auf.
- Vollständig geimpfte und in den letzten sechs Monaten genesene, also immunisierte Haushaltsangehörigen/enge Kontaktpersonen müssen - sofern sie symptomlos sind - in der Regel nicht in Quarantäne! Eine Selbstbeobachtung auf auch nur milde Symptome, eine Kontaktreduktion und das Einhalten der AHA+L-Regeln sind aber auch für immunisierte Personen von großer Bedeutung!

Weitere wichtige Informationen finden Sie auf unserer Coronavirus-Seite der Homepage der Stadt Stuttgart: www.coronavirus.stuttgart.de.