

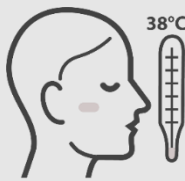
# Coronavirus-Krankheit 2019 (COVID-19)

## Anleitung zur Selbstüberwachung

Befolgen Sie die Ratschläge, die Sie von Ihrem Arzt erhalten haben.

Wenn Sie Fragen haben oder Sie sich unwohl fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Telemedizin (1-866-797-0000) oder Ihre Abteilung für öffentliche Gesundheit.

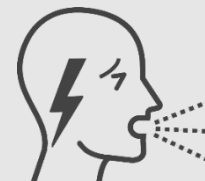
### Überwachung der Symptome für 14 Tage nach der Exposition



Fieber



Husten



Atemschwierigkeiten

### Vermeiden Sie öffentliche Bereiche

- Vermeiden Sie überfüllte öffentliche Räume und Orte, bei denen Sie sich nicht leicht von anderen Personen distanzieren können (mindestens zwei Meter), wenn Sie krank werden.
- Wenn Sie nicht in der Lage sind, einen Abstand von zwei Metern einzuhalten, tragen Sie eine nichtmedizinische Maske oder Gesichtsschutzabdeckung, um andere vor Ihren potenziell infektiösen Tröpfchen zu schützen.

### Was tun, wenn Sie diese oder **andere Symptome entwickeln**

- Isolieren Sie sich sofort selbst und setzen Sie sich mit Ihrem Gesundheitsamt und Ihrem Arzt in Verbindung.
- Um sich selbst zu isolieren, benötigen Sie:
  - Anleitungen [zur Selbstisolierung](#)
  - Händedesinfektionsmittel auf Seifen-, Wasser- und/oder Alkoholbasis zur Reinigung Ihrer Hände
- Vermeiden Sie beim Besuch Ihres Arztes die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel wie U-Bahn, Taxi und Mitfahrgelegenheiten. Wenn dies unvermeidlich ist, tragen Sie eine Maske und halten Sie einen Abstand von zwei Metern zu anderen Personen ein oder benutzen Sie den Rücksitz, wenn Sie sich in einem Auto befinden.

### Erfahren Sie mehr über das Virus

COVID-19 ist ein neues Virus. Es breitet sich durch Atemtröpfchen einer infizierten Person auf andere Personen aus, mit denen sie engen Kontakt haben, wie z. B. Personen, die im gleichen Haushalt leben oder Pflegeleistungen erbringen. Aktuelle Informationen zu COVID-19 finden Sie auch auf der Website des Gesundheitsministeriums von Ontario: [ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an

Die Informationen in diesem Dokument entsprechen dem Stand vom 31. Juli 2020