



Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie haben einen positiven Antigen Selbst-Test- wir empfehlen Ihnen folgende Vorgangsweise:

- 1) **Bleiben Sie zu Hause** und gefährden Sie bitte nicht andere eventuell vorerkrankte oder ältere Personen.
- 2) Sie brauchen einen **PCR-Test**, um das Ergebnis zu bestätigen. Dazu können Sie einen **PCR Gurgeltest** nach Anleitung durchführen (Registration, kostenlose Tests und Testdurchführung über www.test.zmdx.at) und eine Person ihres Vertrauens, welche diesen Test bei einer der Aufgabestellen (Apotheken, Spar, etc.) einwirft oder Sie melden sich auf der **Homepage Verdachtsfall** in Kärnten www.141.at/covidverdacht an und werden von der Behörde per SMS (Termin) aufgefordert, in einer nahen Teststraße sich einen PCR Test im Auto abnehmen zu lassen. Ist dieser **Test positiv** meldet sich bei Ihnen die Behörde telefonisch und spricht eine **Absonderungsmaßnahme** aus. Der Bescheid ergeht an Sie schriftlich, kommt aber oft spät. Sie dürfen dann ihr Haus ca. **10 Tage** nicht verlassen. Beachten Sie bitte: Ihr **Hausarzt wird NICHT AUTOMATISCH von der Behörde über ihre Erkrankung informiert. Bitte melden Sie sich unbedingt telefonisch bei Ihrem/Ihrer Hausarzt/Hausärztin.**
- 3) Wenn Sie **keine Symptome** haben, können Sie sich **nach 5 Tagen** mittels eines **erneuten PCR Tests** freitesten. Den **Genesungsbescheid**, der Ihnen den **2G Zugang** (derzeit 6 Monate) ermöglicht, können sie bei der zuständigen Gemeinde abholen.

DAS WICHTIGSTE ABER IST, DASS SIE WIEDER VOLLKOMMEN GESUND WERDEN.

Unterstützend wirken dabei:

- **Vitamin C** - Tagesdosis 2 x 500mg - 2 Messerspitzen
- **Vitamin D3** Tropfen OLEOVIT - Erwachsene Personen 10 Tropfen/ Tag
- **Zink 30** - 2 x10 mg, 1 Kapsel/ Tag
- bei **Schnupfen** abschwellenden **Nasenspray** oder Nasenspülung mit Kochsalzlösung.
- bei **Kopfschmerzen Aspirin C** bzw **Aspirin Complex C** (nicht wenn Sie Blutverdünnung nehmen)
- bei **Durchfall** Magen-Darm-Diät - bei Austrocknung **Infusionen** über den Hausarzt oder Corona Visitendienst.
- bei **Gliederschmerzen** und /oder **Fieber Paracetamol** oder entzündungshemmende Schmerzmittel.

Die **meisten Menschen haben einen milden Verlauf.**

Sollte der **Verlauf schwerer** sein, **kontaktieren Sie** bitte Ihren/Ihre Hausarzt/**Hausärztin.**

Es gibt einen **Corona Visitendienst**, welcher **vom/von der Hausarzt/Hausärztin aktiviert werden kann** und auch wir Hausärzte besuchen unsere Patienten/Innen.