



### **Liebe Patientin, lieber Patient,**

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

- 1) **Bleiben Sie zu Hause** (nehmen Sie sich Zeit) und gefährden Sie bitte nicht andere eventuell vorerkrankte oder ältere Personen.
- 2) Sollten Sie dennoch nach draußen müssen und mit anderen Personen in Kontakt kommen, tragen Sie bitte eine Maske und halten Sie Abstand.
- 3) Wenn Sie **keine Symptome** mehr haben, können Sie **nach ca. 5 Tagen** (durchschnittlicher Krankheitsverlauf) mittels eines **erneuten Antigen Selbsttests** sicherstellen, niemanden mehr zu gefährden.

### **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.**

S

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

Mittlerweile gibt es auch schon sehr gute Medikamente um den Krankheitsverlauf zu mildern z. B. Paxlovid, welches ab dem 60igsten Lebensjahr oder bei Vorerkrankungen empfohlen wird.