

Corona und die Pflege zu Hause

Wie schützen Sie sich selbst bei der Pflege, wenn Ihr/e Angehöriger/e erkrankt ist?

Es ist sehr wichtig, dass Sie die folgenden Punkte beachten!

- Räumliche Trennung: Wenn möglich, richten Sie Ihrem Angehörigen ein eigenes Zimmer her.
- Gemeinschaftsräume nie gleichzeitig nutzen: Wenn nötig, setzen Sie feste Zeiten für die Nutzung des Badezimmers fest.
- Mehrmals täglich gut lüften
- Hände gründlich mit Seife waschen, Papierhandtücher nutzen
- Maßnahmen zum Selbstschutz ergreifen
 - Schutzmasken (in Wohnung und Garten vom Betroffenen zu tragen, Angehörige sollten bei sehr engem Kontakt FFP2-Masken tragen)
 - Einmalhandschuhe bei der Körperpflege verwenden (Ausziehen nicht vergessen!)
 - Tägliche Reinigung und Desinfektion von Oberflächen, die Ihr betroffener Angehöriger berührt
- Zweimal täglich beim Erkrankten Fieber messen
- Symptomtagebuch für den Erkrankten führen und bei Verschlechterung den Arzt kontaktieren
 - Bewusstseinszustand
 - Atemfrequenz
 - Körpertemperatur
 - Blutdruck
- Achten Sie auf sich selbst und holen Sie sich Hilfe, denn die Versorgung ist anstrengend
- Essen Sie ausgewogen und schlafen Sie ausreichend
- Überlegen Sie, wie Sie im eigenen Zuhause z.B. durch Gymnastik aktiv bleiben können

Mithilfe dieser Checkliste haben Sie eine Erinnerung an die wichtigsten Regeln und schützen sich selbst bei der Pflege.

Bei Fragen zur Versorgung wenden Sie sich bitte direkt an Ihren Arzt/ Ihre Ärztin.