

Was tun?

# Erkrankte Person im Haushalt/in der Unterkunft



© Kai Kranich / DRK



# Was kann ich tun, wenn sich eine erkrankte Person in meinem Umfeld befindet?

Die beschädigte Infrastruktur in Ihrer Umgebung begünstigt die Ausbreitung ansteckender Krankheiten. Schützen Sie sich, Ihre Nachbarn, die freiwilligen Helfenden und Einsatzkräfte, indem Sie die nachfolgenden Tipps – so gut es in Ihrer persönlichen Situation möglich ist – beherzigen.



## 1. Kommunikation

Benachrichtigen Sie Einsatzkräfte vor Ort oder bitten Sie Nachbarn, das für Sie zu tun. Folgende Angaben sind wichtig:

- Alter der erkrankten Person
- Beginn und Art der Erkrankung
- (vermuteter) Zusammenhang zur Erkrankung anderer Personen, möglichst mit Informationen zu deren Aufenthaltsort und Kontaktdaten
- benötigte Unterstützung (Hygienematerial, Medikamente, ärztliche Begutachtung, Transport der erkrankten Person)
- Besonderheiten zur Situation (beengte Verhältnisse, minderjährige oder pflegebedürftige Person, Allergien, besondere Kostformen, psychosozialer Unterstützungsbedarf)

**Wir sind für Sie da!**



Sprechen Sie unsere Einsatzkräfte an,  
wenn Sie Hilfe brauchen, Anregungen haben oder  
einfach kurz reden möchten.

## 2. Schutz vor Ansteckung



- Halten Sie Abstand zu der erkrankten Person. Halten Sie sich möglichst in getrennten Räumen auf.
- Bestimmen Sie eine einzige Person zur Betreuung der erkrankten Person. Diese sollte keinen Kontakt zu kleinen Kindern oder pflegebedürftigen Personen haben.
- Waschen Sie verschmutzte Hände mit Seife, desinfizieren Sie augenscheinlich saubere Hände mit Desinfektionsmittel oder mit hochprozentigem Alkohol oder Chlorlösung (0,005 %).
- Ordnen Sie der erkrankten Person möglichst einen festen Satz Geschirr, Besteck und Trinkgefäße zu. Desinfizieren Sie deren Geschirr mit kochendem Wasser oder, falls vorhanden, in einer Spülmaschine bei mindestens 60 °C. Nutzen Sie alternativ Einwegmaterial.
- Lüften Sie den Raum der erkrankten Person regelmäßig.
- Stellen Sie der erkrankten Person Händehygiene-Mittel und eine Plastiktüte oder einen geschlossenen Mülleimer für Abfälle zur Verfügung.
- Tragen Sie einen Mund-Nase-Schutz oder noch besser FFP-2-Masken bei Kontakt zu Erkrankten. Fordern Sie diese auf, dies möglichst auch zu tun, wenn andere Personen in der Nähe sind.
- Vermeiden Sie es, Gesicht oder Mund-Nase-Bedeckung mit ungewaschenen Händen zu berühren.
- Entsorgen Sie Abfälle und gebrauchte Masken Erkrankter in fest verschlossenen Säcken.

### In diesen Fällen ist Händehygiene besonders wichtig:

- wenn Sie nach Hause/in die Unterkunft zurückkehren
- vor und nach Kontakt zu Erkrankten, deren Ausscheidungen, Geschirr und Wäsche
- vor dem Zubereiten und Verzehr von Mahlzeiten
- vor dem Umgang mit Medikamenten
- nach dem Toilettengang, Husten, Niesen, Naseputzen etc.



### ! Maßnahmen bei Durchfall:

- Reichen Sie möglichst salzhaltige Lebensmittel, Bananen, weißes Brot, Zwieback und Getränke ohne Kohlensäure (Devise: alles, was drin bleibt, ist gut!).
- Insbesondere für Kinder/pflegebedürftige Menschen: Geben Sie 15 bis 30 g Zucker oder Honig (3 bis 6 Teelöffel) und 2,5 g Salz (0,5 Teelöffel) in einen Liter sauberes (im Zweifel abgekochtes) Wasser. Ersetzen Sie bei Bedarf Wasser durch Fruchtsaft und zerdrücken Sie eine Banane in das Getränk.
- Die Trinkmenge sollte etwa 40 ml pro kg Körpergewicht innerhalb von 24 Stunden betragen (ca. 3 Liter bei 75 kg Körpergewicht).
- Wenn es räumlich möglich ist, sollte die erkrankte Person eine eigene Toilette/eigenes Badezimmer benutzen.

### ! Maßnahmen bei Hauterkrankungen:

- Lassen Sie die Hautveränderungen unbedingt ärztlich auf Ansteckungsgefahr (Krätze, Läuse) prüfen.
- Wechseln Sie bei Verdacht auf Krätze täglich die Wäsche und waschen Sie sie bei mindestens 50° C für zehn Minuten (auch Kuscheltiere). Wenn dies nicht möglich ist, können die Gegenstände und Textilien in Plastiksäcke eingepackt werden und für 72 Stunden bei mindestens 21° C gelagert werden.
- Decken Sie betroffene Hautstellen möglichst nicht ab und cremen Sie sie nicht ein, wenn Sie nicht sicher sind, was es ist.

### ! Maßnahmen bei Fieber:

- Suchen Sie ärztliche Hilfe spätestens auf, wenn Fieber über drei Tage nicht sinkt oder weitere starke Symptome auftreten.
- Neben ärztlich verordneten, fiebersenkenden Medikamenten können Wadenwickel und kalte Lappen auf der Stirn Linderung schaffen.
- Achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge (ebenfalls 40 ml pro kg Körpergewicht innerhalb von 24 Stunden, also ca. 3 Liter bei 75 Kilogramm Körpergewicht).

**Herausgeber:**  
**Deutsches Rotes Kreuz e. V.**  
Generalsekretariat  
Carstennstraße 58  
12205 Berlin