

Drucken  
Häusliche Quarantäne bei Corona

# Was tun, wenn ein Familienmitglied infiziert ist? Das sagen Harvard-Professoren

Donnerstag, 09.04.2020, 06:35



Wenn ein Familienmitglied an Corona erkrankt ist, können Sie Ihr Infektionsrisiko verringern Getty Images/iStockphoto/dima\_sidelnikov

[Donnerstag, 09.04.2020, 06:35](#)

Ist eine Person im eigenen Haushalt mit Corona infiziert, bedeutet dies nicht zwangsläufig, dass man auch erkrankt. Zwei Harvard-Professoren geben Tipps, wie Sie sich daheim vor einer Infektion durch ein erkranktes Familienmitglied schützen.

Seit knapp zwei Wochen herrscht in Deutschland Kontaktsperre, um die Ausbreitungsgeschwindigkeit des Corona-Virus einzudämmen. Doch was, wenn im eigenen Haushalt jemand damit infiziert ist? Wie kann ich mich dann schützen? Auch wenn nur ein Test letztendlich klären kann, ob die Person tatsächlich mit Sars-CoV-2 infiziert ist, sollten Familienmitglieder Vorsichtsmaßnahmen treffen, sobald jemand typische Anzeichen einer Atemwegserkrankung zeigt.

Die beiden Professoren **Joseph Allen und Marc Lipsitch von der Harvard School of Public Health** haben sechs Tipps veröffentlicht, wie Sie das Infektionsrisiko zu Hause verringern.

LIVE ABSTIMMUNG  118.135 MAL ABGESTIMMT

## Sollte Deutschland die Maßnahmen gegen das Corona-Virus auflockern?

**FOCUS**OPINARY 

### 1. Person isolieren

Zeigt jemand deutliche Anzeichen einer Atemwegsinfektion mit Husten, Schnupfen und Gliederschmerzen, sollte die betreffende Person in einem Zimmer isoliert werden. Wichtig ist laut den beiden Harvard-Professoren, dass die Tür dabei geschlossen bleibt. Familienmitglieder, die das Zimmer betreten, sollten dafür Kleidung und Schuhe an der Tür deponieren, die sie beim Eintreten anlegen und beim Verlassen des Zimmers wieder ablegen. So kann eine Verbreitung durch Kleidung verhindert werden, falls die erkrankte Person beispielsweise niest.



Corona-Sprechstunde: Stellen Sie hier Ihre Frage zu Covid-19

Die Zahl der Corona-Kranken steigt, die der Fragen ebenso. FOCUS Online hat deshalb ein Experten-Netzwerk aufgebaut – und beantwortet Ihre Fragen.

[Zur Sprechstunde](#)

### 2. Räume gut lüften

Da das Virus durch Atmen, Husten und Niesen in die Luft gelangt und sich dort einige Stunden halten kann, ist es wichtig, die Räume daheim gut zu lüften. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass häufiges Lüften mit Frischluft, die Konzentration von Virenpartikeln in der Luft verringert. Je mehr die Raumluft mit Frischluft durchmischt wird, desto besser also.

### 3. Luftfilter nutzen

Luftfilter können Viruspartikel aufnehmen. Deshalb raten Allen und Lipsitch dazu, tragbare Luftfilter in den Raum zu stellen, in dem sich die erkrankte Person befindet. Auch in den anderen Räumen, in dem sich die restlichen Familienmitglieder oder Mitbewohner aufhalten, sollten nach Möglichkeit Luftreiniger stehen. Wer über eine eingebaute Luftfilteranlage im Haus verfügt, sollte überprüfen, ob der Filter genug Schutz bietet bzw. ausgetauscht werden sollte.

### 4. Luftbefeuchter nutzen

Bei niedriger Luftfeuchtigkeit können Viren länger überleben. Deshalb raten Lipsitch und Allen dazu, bei trockenem Raumklima Luftbefeuchter aufzustellen. Am besten, in dem Raum, in dem sich die erkrankte Person befindet. Die optimale Luftfeuchtigkeit in Innenräumen liegt zwischen 40 und 60 Prozent.

- *Lesen Sie dazu:*

### ***Ob gegen Corona oder Influenza: So schützen Sie sich vor Viren***

*Wer sich vor dem Coronavirus, aber auch anderen Infektionen der Atemwege schützen will, sollte allgemeine Hygieneregeln einhalten. Diese sind bei allen Atemwegsinfekten gleich.*

- *Häufig Händewaschen mit Wasser und Seife. Antimikrobielle Zusätze sind in der Regel nicht notwendig. Auch die [Temperatur](#) des Wassers spielt keine Rolle.*
- *Mindestens 20 Sekunden Händewaschen.*
- *Nach dem Waschen die Hände gründlich abtrocknen.*
- *Abstand halten zu Menschen, die niesen oder husten und selbst Einwegtaschentücher benutzen. Nach dem Husten, Niesen und Naseputzen sollte man sich zudem möglichst umgehend die Hände waschen.*

### 5. Oberflächen reinigen

Da das Virus sich auf Oberflächen je nach Beschaffenheit mehrere Stunden halten kann, sollten Sie häufig berührte Gegenstände und Flächen regelmäßig reinigen. Die meisten handelsüblichen Reinigungsmittel töten das Virus ab. Wer sicher gehen will, kann verdünnte Bleichmittel oder Alkohollösungen mit 70 Prozent [Alkohol](#) verwenden. Damit sollten Sie häufig berührte Gegenstände und Oberflächen wie Türklinken, Lichtschalter, Handläufe und Tastaturen reinigen.

### 6. Auf Toiletten-Hygiene achten

Verschiedene Studien zeigen, dass Sars-CoV-2 auch in menschlichen Ausscheidungen vorkommt. So konnten Wissenschaftler bei Kindern mit leichten Covid-19-Symptomen das Virus über einen Monat lang im Stuhl nachweisen.

Da beim Spülen der Toilette Partikel in die Luft steigen, die sich dort länger als 30 Minuten halten können, sollten auch Bad und WC sehr gut gelüftet werden, bevor andere sie nutzen. Lipsitch und Allen raten daher dazu, beim Spülen den Deckel zu schließen, das Fenster zu öffnen oder bei innenliegenden Bädern den Abluftventilator anzuschalten.

Erkrankte sollten Bad und Toilette nicht mit anderen im Haushalt teilen. Wenn dies nicht möglich ist, muss das Bad nach jeder Nutzung gründlich gereinigt und gelüftet werden. Außerdem sei häufiges und gründliches Händewaschen für alle Personen im Haushalt unerlässlich.

- [Coronakrise im News-Ticker von FOCUS Online](#)