



Gripe o Coronavirus?

Importante: Si Vd. tiene síntomas así como p.ej. de tos, catarro o fiebre, es muy probable que tenga una gripe o un resfriado común (a pesar de la propagación del Coronavirus [SARS-CoV-2] en Alemania).

¿Qué es el Coronavirus?

Desde diciembre 2019 enfermedades respiratorias debidas al SARS-CoV-2 (denominación de las enfermedad: Covid-2019) están en aumento, primero en China y mientras tanto también en otros países.

Después de 2 a 14 días (en un promedio de 5-6 días) después de la infección pueden empezar síntomas que se parecen a una gripe o una bronquitis, p.ej. ▶ fiebre ▶ tos ▶ dificultades de respirar.

¿Qué se debe hacer en caso de enfermedad o posible contagio con el Coronavirus?

Una enfermedad tiene que ser aclarada si Vd. tiene síntomas respiratorios o generales tales como fiebre o gran fatiga

Y esto después de haber estado en una zona de riesgo (<https://t1p.de/covrisikogebiete>) en los 14 días antes del comienzo de los síntomas

o después de contactos con un caso de SARS-CoV-2 *comprobado* .

▶ Si ha estado en contacto directo con una persona con esta enfermedad comprobada *aunque Vd. no tenga síntomas*, utilice las siguientes posibilidades de contacto:

¡No vaya directamente a su médico de cabecera! Primero contáctese por teléfono, fax o email (para ponerse de acuerdo sobre los procedimientos necesarios) con:

- El "Gesundheitsamt" (departamento de salud) más cercano (se puede encontrar por código postal [= "Postleitzahl" "PLZ"]: <https://tools.rki.de/plztool/>) **o**
- El servicio de urgencias ("Ärztlicher Bereitschaftsdienst") tel. 116 117 (**atención: en caso de emergencia vital contacte el 112**) **o**
- El "Lokales Testzentrum" (centro local para pruebas [de Coronavirus]), (si disponible) **o**
- Su médico de cabecera

¿Cómo puedo protegerme a mí mismo y a los demás?

Medidas generales de protección que ayudan a prevenir el contagio del virus de la gripe así como del virus SARS-CoV-2:

- Mantener distancia no solo de personas aparentemente enfermas sino evitando en lo posible la proximidad también en otras situaciones tal como haciendo cola en un supermercado (protección de personas mayores o enfermas especialmente vulnerables)
- Lavarse las manos frecuentemente con jabón o desinfectarlas con un gel a base de alcohol (disponibles en droguerías en frascos pequeños)
- **Toser y estornudar "correctamente"** usando un pañuelo desechable cubriéndose la nariz y la boca y arrojarlo inmediatamente a la basura o toser y estornudar en la parte superior de la manga (en el codo) **y no en las manos.**
- En caso de que su región esté especialmente afectada consulte a las directivas del instituto Koch: <https://t1p.de/kontaktreduzierung>

Viajes

El Ministerio de Asuntos Exteriores "Auswärtiges Amt" aconseja actualmente no viajar a países afectados. Léa las recomendaciones bajo <https://www.auswaertiges-amt.de/de>

El Ministerio de Sanidad "Bundesgesundheitsministerium" ha proporcionado un servicio telefónico con el número +49(0)30-346 465 100 disponibles de lunes a jueves de las 8h a las 18h y viernes de las 8h a las 12h.

11.03.2020

Versión original: Jana Kötter www.hausarzt.digital, revision: Michael M. Kochen