		Uhrzeit							
Atemfrequenz (Atmung pro Minute)	Α!	>= 36							Ī
		30-35							
	ER	25-29							
	Doc	20-24							-
		15-19							-
		10-14							ł
	A!	5-9 ≤ 4							1
									1
O <sub>2</sub> Sättigung auch "O2S" / "SpO <sub>2</sub> " (in %)	Doc	≥ 95 90-94							
	ER	85-89							t
	A!	≤ 84							
	A!	200+							İ
(andere Ursache, nicht COVID)		190-199							
	Doc	180-189							1
		170-179							]
		160-169							]
		150-159							1
		140-149							
Blutdruck		130-139							
(mmHg, systolisch)		120-129							
		110-119							
(nur wenn normal	Doc	100-109							
nicht niedrig)	ER	90-99							
		80-89							
		70-79							1
	Α!	60-69							-
		≤ 60							1
(Spitzen zählen nicht. 5 Mal messen, 10 Minuten Abstand,	Α!	≥ 140							-
	ER	130-139							-
	D	120-129							1
durchschnitt nehmen)	Doc	110-119							1
		100-109 90-99							†
Herzfrequenz		80-89							†
(Schläge pro Minute)		70-79							t
		60-69							†
(in Ruhe !)		50-59							1
	ER	40-49							Ī
	Α!	30-39							
Temperatur (°C)  □ Mund □ Anus □ Ohr (infrarot)	ER	≥ 40							≥104
	Doc	39.1-40							102-104
	>2 day	38.1-39							100-102
		37.1-38							99-100
		36.1-37							97-98
		35.1-36							95-96
	Doc	≤ 35							≤95
Ansprechbar		Wach							1
	ER A!	Sprache							
		Schmerz							1
		Unempf.							-
Verwirrung	ER								
Schmerz (0-10)			I					I	

## (potential) COVID-19 diary, www.covid-at-home.info

Name	:	☐ SARS-CoV-2	2 positiv	
Geburtsdatum	:	Männlich / Weiblich / Divers		
Datum	:	Gewicht:	kg	
	s kannst du beliebige Messungen notieren. Iç egen hast. Die Farben in der Tabelle (oder die		,	

Messungen vorliegen hast. Die Farben in der Tabelle (oder die Notizen in der linken Kopfzeile, wenn es sich um einen Schwarz-Weiß-Druck handelt) zeigen dir, welche Messungen Anlass zur Sorge geben sollten. "Doc" (orange) bedeutet, dass wir empfehlen, den Hausarzt anzurufen. "ER" (rot) bedeutet, dass wir empfehlen, den Fatient in eine Notaufnahme vorzustellen, wenn der Hausarzt nicht erreichbar ist, "A!". (violett) bedeutet, dass sofort die Notfallnummer für einen Krankenwagen angerufen werden sollte.

Wenn alle Werte im weißen Bereich liegen, solltest du dich halbwegs darauf verlassen können, dass der\*die Patient\*in vorerst zu Hause bleiben kann. Beachte bitte, dass es für die Temperatur sowie für einige andere Werte weitere Hinweise unter www.covid-at-home.info gibt. Beachte auch, dass dieses Tagebuch nicht alles abdecken kann. Wenn du dir aus irgendeinem Grund Sorgen um den\*die Patient\*in machen solltest, suche Hilfe auf.

Notizen: (Welche Nahrungsmittel zu welcher Zeit? Trinkt / uriniert der Patient ausreichend? Irgendwelche Medikamente?)