



# Das Coronavirus

## Informationen zu Covid-2019

...auf einen Blick!

*Liebe Patientinnen und Patienten!*

1. März 2020

### Grundsätzlich gilt:

Wie bei der Grippe (Grippe) und anderen Atemwegsinfektionen schützen gute Handhygiene und Beachtung der Husten- und Nies-Etikette (in die Armbeuge husten und niesen) auch vor einer Übertragung des neuen Coronavirus. Insofern sind bereits diese „einfachen“ Maßnahmen auch in Anbetracht der aktuellen Grippewelle überall und jederzeit hilfreich.

### Darüber hinaus sind weitere Maßnahmen ratsam:

- Verzicht auf Begrüßungsrituale wie Händeschütteln und Umarmungen;
- Türklinken, Handläufe, Griffe etc. im öffentlichen Raum möglichst nicht berühren;
- Vermeidung von Augen-, Nasen- und Mundkontakt mit den Händen;
- Nach Aufenthalt in der Öffentlichkeit regelmäßig Händewaschen und ggf. desinfizieren;
- Abstand halten (ca. 2m) von hustenden und niesenden, bzw. erkennbar erkrankten Menschen;
- Impfung gegen Grippe und Pertussis (Keuchhusten);
- Reisetätigkeit einschränken, speziell in Risiko-Gebiete;
- Menschenmengen meiden;
- Kontakt meiden zu Menschen, die mit Infizierten bzw. Verdachtsfällen Kontakt hatten.

### Auf Symptome achten:

- Fieber, trockener Husten, leichter Schnupfen, Halskratzen, ggf. auch Durchfall;
- Ein schwerer Verlauf kann auch zu Atemproblemen und zu einer Lungenentzündung führen.

### Zusätzliche Maßnahmen, wenn man selbst Symptome hat und ggf. ein Verdachtsfall ist:

- Generell die Öffentlichkeit meiden (häusliche Quarantäne selbst verordnen);
- **Unsere Praxis telefonisch kontaktieren** und die weitere Vorgehensweise besprechen, oder -
- im Fall, dass unsere Praxis geschlossen ist, den kassenärztlichen **Notdienst anrufen: 116 117**;
- Mund-/Atemschutz tragen bzw. in die Ellenbeuge husten;
- Räume regelmäßig lüften (mehrfach täglich Stoßlüftung);
- Oberflächen im Umfeld mit „viruziden“ Desinfektionsmitteln reinigen.

### Allgemeine Informationen zu Covid-19:

- Die **Inkubationszeit** (Zeit zwischen Ansteckung und Beschwerden) beträgt 2- 14 Tage;
- **Übertragung** vor allem durch Tröpfcheninfektion beim Sprechen und Husten, da sich die Erreger nicht nur in der Lunge, sondern auch in den oberen Atemwegen (Rachenraum) vermehren und insofern nur ein kurzer Ansteckungsweg besteht;
- Offizieller **Name**: Sars-Co-2, Kürzel: **Covid-19** (**Corona Virus Disease**=Corona Virus Krankheit)
- **Verlauf**: Über 80% der Krankheit verläuft mild, manchmal sogar ohne Symptome;
- Einen **Impfstoff** bzw. **Medikamente** wird es erst in ca. 1 Jahr geben.

### Zusammenfassung:

**Covid-19 wird/ist eine Pandemie. Das bedeutet, es ist eine epidemische Krankheit, die sich weltweit verbreitet. Da das Coronavirus sehr ansteckend ist, wird dies schnell erfolgen. Es ist zu erwarten, dass 60 - 70 % der Bevölkerung mit dem Virus in Berührung kommt. Zur Vermeidung von lawinenartigen Erkrankungs-Häufungen ist es wichtig, dass dieser Prozess möglichst lang gestreckt wird. Um dieses Ziel zu erreichen, können wir alle maßgeblich mit-helfen, indem wir die oben genannten Maßnahmen beherzigen und stets umsichtig handeln.**