

Das Coronavirus ist überall. Es ist ansteckender, jedoch weniger gefährlich als seine Vorgänger. Im Sommer hat UV-Licht den Rückgang der Infektionen bewirkt, im Winter gab es wieder viele Neuinfizierte, jedoch weniger Schwerkranke, nur einzelne tödliche Verläufe, aber immer wieder langwierige Long-Covid-Erkrankungen. Geimpfte können grippeartig erkranken, werden aber selten schwer krank. Durch die Impfungen und durch die hohe Durchseuchung ist die Pandemie beendet. Ein Risiko bleibt: durch die hohe Zahl der Ansteckungen, besonders durch die massive Welle in China, sind die Mutationsmöglichkeiten erhöht und können neue, evtl. gefährlichere Mutanten entstehen. Corona wird uns weiter begleiten, wie auch die Influenza.

Die jährliche Influenza ist eine gefährliche Erkrankung der Atemwege, Corona ist eine Erkrankung nicht nur der Atemwege, sondern auch der Gefäße und vieler Organe mit Folgeschäden. Ein neuer „Killer“ steht schon in den Startlöchern: in USA und Kanada sind Influenzaerreger des H5N1-Stammes (verantwortlich für 40 Mio Tote 1920/21) auf Säugetiere überggesprungen, haben ein Massensterben bei Seelöwen ausgelöst und einzelne Menschen infiziert. Die Influenza-Impfung ist der beste Schutz.

Gegen Viren, die über die Luft übertragen werden, ist wichtig: bei hoher Personendichte das Tragen einer FFP2-Maske, 2m Abstand halten und Hygiene, bei einer neuen Welle auch Zurückhaltung bei den Sozial-Kontakten.

Die Impfung stellt das beste Mittel gegen die Pandemie dar. Impfen ist Selbstschutz, aber auch Bürgerpflicht. Für die Nichtgeimpften bezahlt die Allgemeinheit mit hohen Behandlungskosten, Wirtschaftsrückgang und mit der Gefahr für Alle durch Aufflammen der Pandemie mit neuen Mutanten.

Wie sich schützen vor dem Virus ?

Am häufigsten werden die Viren durch Tröpfchen in der Luft und durch die Fein-Aerosole in der Luft besonders über Atemwege, Augen und die Nasenschleimhäute übertragen, auch über Kontakt durch die Hände! Deswegen:

Mund-Nasen-Schutz tragen in belebten Zonen und Geschäften, exakt angelegt. **FFP2-Masken** (ohne Ausatemventil) **sind am besten für den Maskenträger selbst und für die Personen in der Umgebung.** Die Coronaviren docken hauptsächlich an Enzymen im Riechorgan in der Nase an. Deswegen ist die **Bedeckung der Nase** absolut notwendig.

Beim Niesen und Husten: wegrehen, in ein Papiertaschentuch, zur Not **in die Ellenbeuge.**

Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen.

Nicht die Hände schütteln, möglichst wenig anfassen.

Häufig die Hände 20-30 Sekunden lang mit Seife gründlich waschen.

2 Meter Abstand vor anderen Menschen halten.

Zu Hause bleiben. Sozial-Kontakt-Distanz in allen Bereichen einhalten.

Hotspots der Ansteckungsgefahr: Viele Menschen, eng aufeinander, stark atmend (Singen, Tanzen, Sport), ohne Maske, im geschlossenen Raum

Wie die Krankheit erkennen ?

Nach einer Ansteckung kann es 2 bis 10 Tage dauern, bis Symptome auftreten. Covid19 beginnt wie jeder Atemwegsinfekt mit Fieber und Halskratzen, Schnupfen und Husten, manchmal Durchfall. Häufig treten Geruchs- und Geschmacksstörungen auf. In der Regel verläuft der Infekt wie eine Grippe, aber es kann nach etwa 7 Tagen zu einer Lungenentzündung kommen, die tödlich verlaufen kann. Symptome: Fieber 98%, Abgeschlagenheit 70%, Trockener Husten 60%, Appetitlosigkeit 39%, Muskelschmerzen 35%, Atemschwierigkeiten 31%, Geruchs-/Geschmacks-Verlust 28%, Auswurf 27%, Halsschmerzen 17%, Durchfall 10%. Covid19 verläuft zu 81% leicht, zu 14% schwer, zu 5% schwerst.

Was tun im Krankheitsfall ?

Bleiben Sie zu Hause! Kommen Sie nicht in die Praxis!

Kontaktieren Sie uns per Telefon in der Praxis, wir besprechen mit Ihnen die Situation und empfehlen Ihnen geeignete Maßnahmen und Medikamente. Wir können Ihnen **über eine telefonische Beratung eine Arbeitsunfähigkeits-Bescheinigung** ausstellen.

Wenn Sie Krankheitssymptome bekommen, überlegen Sie, ob Sie in den letzten 2 Wochen Kontakt mit Covid19-Erkrankten oder Positiv-Getesteten hatten, ob Sie in einem Risiko-Gebiet waren, oder ob die Corona-Handy-WarnApp Sie gewarnt hat.

Bleiben Sie zu Hause, vermeiden Sie Kontakte zu weiteren Personen. Lassen Sie sich die Medikamente und Nahrungsmitteln von Anderen holen.

Wenn die Möglichkeit einer Corona-Erkrankung besteht, machen Sie bei sich einen Schnelltest. Bei positivem Befund sollten Sie sich 5 Tage isolieren. Bei Symptomen stellen wir Ihnen eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung aus. Ein **Nasen-Abstrich** für den PCR-Test darf nur in besonderen Fällen erfolgen. Wir machen ihn **vor der Praxis, nach telefonischer Anmeldung**. Das Ergebnis kommt am Folgetag vom Labor. Wir haben auch einen Nasenabstrich-Schnelltest für Sie (nur über private Verrechnung), dessen Ergebnis in 15 Minuten zu sehen ist.

Bei einer Coronavirus-Erkrankung ändert sich für Sie zunächst nichts. Zu 80% verläuft die Krankheit wie eine Grippe. Wichtig ist: **Bleiben Sie absolut zu Hause, 5 Tage in Quarantäne**, vermeiden Sie jeden persönlichen Kontakt. Sollten sich Zeichen einer Lungen-Entzündung einstellen, kontaktieren Sie uns wieder per Telefon. Wir werden dann weitere Schritte veranlassen.

Zeichen einer Lungenentzündung sind: schweres Krankheitsgefühl mit Husten, trocken oder mit Auswurf, schnellerem Atmen, eventuell mit Luftnot, und Schüttelfrost.

Wenn der Test auf Coronavirus positiv ist, erfolgt eine Meldung an das Gesundheitsamt. Sie selbst müssen überlegen, mit welchen Personen Sie in den letzten 2 Wochen Kontakt hatten, und sollten diese benachrichtigen.

TelefonNr: KV Notdienst Praxis: 116 117

Uniklinik Ulm: 0731 500 44448

Gesundheitsamt: 0731 185 1050 / 1730

Land BW Hotline: 0711 904 39555

Nachbarschaftshilfe finden Sie und können Sie anbieten unter:

erbacher.helfen.erbacher@gmail.com, und unter Telefonnummer: 07305 8290

Viele weitere Informationen und Graphiken finden Sie auf unseren Webseiten:

www.dr-schneiderhan.de -> Corona Pandemie. Dort sind viele Adressen für aktuelle Coronavirus Informationen direkt verlinkt.