

Die ‚Delta‘-Variante ist ‚Omikron‘ gewichen, das vielfach ansteckender, jedoch weniger gefährlich ist. In wenigen Wochen wird es nur 2 Möglichkeiten geben: geimpft oder angesteckt. Durch weit über 100.000 Neuinfizierte pro Tag werden einige Wirtschaftsbereiche durch hohen Krankenstand lahmgelegt und unser Gesundheitssystem gefordert. Kinder erkranken selten schwer, doch es werden sich praktisch alle infizieren. Die Booster-Impfwelle zum besseren Schutz vor Omikron ist abgeflaut. Geimpfte können grippeartig erkranken, werden aber selten schwer krank und sind auch weniger ansteckend als Ungeimpfte. Mit Omikron könnte durch die hohe Durchseuchung die Pandemie enden. Ein Risiko bleibt: dass durch die hohe Zahl der Ansteckungen und dadurch Mutationsmöglichkeiten eine neue, gefährlichere Mutante entsteht.

Im gesellschaftlichen Leben ist immer noch wichtig: Zurückhaltung bei Sozial-Kontakten, Tragen der FFP2-Maske bei hoher Personendichte, Abstand halten und Hygiene. Die Impfung ist das beste Mittel gegen die Pandemie. Schlimm betroffene Länder wie Brasilien oder Portugal haben mit Impfraten von über 90% die Pandemie besiegt. In Deutschland mit einer Impfrate von nur 75% ist die Pandemie noch nicht vorbei. Impfen ist Selbstschutz und ist auch Bürgerpflicht. Für die Nichtgeimpften bezahlt die Allgemeinheit mit Freiheitseinschränkung, Wirtschaftsdepression, hohen Covid-Behandlungskosten und Lebensgefahr für Alle durch neue, evtl tödliche Mutanten.

## **Corona-Impfung:**

Wir vergeben Termine über unser **Online-Impf-Terminportal** ([www.dr-schneiderhan.de](http://www.dr-schneiderhan.de) → Corona Pandemie) und telefonisch. Impfstoffe: BionTech, Moderna und demnächst der neue Protein-Impfstoff von Novavax.

## **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 oder 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 wir bei Ihnen vor der Praxis einen **Rachen-Abstrich, jedoch NUR nach telefonischer Anmeldung**. Die Laboruntersuchung dauert einige Stunden bis 2 Tage. Wir haben auch einen Rachenabstrich-Schnelltest, 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, 14 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, da das Gesundheitsamt überlastet ist.

TelefonNrn: 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](http://www.dr-schneiderhan.de) -> Corona Pandemie. Dort sind viele Adressen für aktuelle Coronavirus Informationen direkt verlinkt.