

## Die Wahrheit über Corona

Jedem ist der Name des Virus bekannt, jeder kennt die Schutzmaßnahmen und jeder mag das Thema nicht mehr hören.

Es gibt viele Verschwörungstheorien und gefährliches Halbwissen über das Coronavirus. Damit möchte ich in diesem Artikel aufräumen, aufklären und klar zeigen, was dieser Virus ist, macht und wie man sich schützen kann.

### Was ist das?

Der genaue Name des Erregers ist SARS-CoV-2 und ist die Abkürzung für englisch severe acute respiratory syndrome coronavirus 2. Zu Deutsch, Schweres-akutes-Atemwegssyndrom Coronavirus 2.

Die Bezeichnung COVID-19, beschreibt ausschließlich die Coronavirus-Epidemie 2019, ausgelöst durch den vorher genannten Erreger.

### Wie wird er übertragen und was sind die Symptome?

Sowohl Menschen als auch Tiere können den Virus übertragen. Der häufigste Übertragungsweg ist direkt von Mensch zu Mensch durch Husten, Niesen, Sprechen oder Atmen (Tröpfcheninfektion). Oder indirekt über die Hände und dann anschließend Nasen-, Augen- oder Mundkontakt.

Bei sehr engem Kontakt mit infizierten Tieren kann dieser Virus ebenso übertragen werden.

Das häufigste Leitsymptom ist Fieber, Husten und allgemeines Unwohlsein. Des Weiteren treten Kopf- und Gliederschmerzen, Schnupfen, Lungenentzündungen, anhaltende Luftnot, Geschmacksstörung und Durchfall auf. Diese Symptome sind denen der Grippe gleich zu setzen. Bei schwereren Verläufen, das heißt einer hohen viralen Last kommt es zu sogenannten Mikroembolien (kleinste Gefäße in der Lunge werden durch Blutgerinnsel verstopft) sodass eine Atmung immer schwerer wird. 80% der Erkrankten haben leichte respiratorische Symptome.

### Wie lange dauert es bis zur Infektion?

Die Dauer bis zum Auftreten der ersten Symptome nennt man Inkubationszeit. Diese ist beim COVID-19 2-14 Tage, im Durchschnitt 7 Tage lang. Bei der Saisonalen Grippe (Influenza) liegt die Inkubationszeit im Durchschnitt bei 4 Tagen.

Die Dauer der Krankheit ist von den Symptomen und den Vorerkrankungen abhängig. Besonders gefährdet sind Menschen ab dem 50-60 Lebensjahr, die an Herzkrankheiten, Diabetes, Lungenkrankheiten oder Allergien und Tumoren leiden.

Die Letalität (Sterblichkeit) liegt bei 0,3-2% im Vergleich zur Grippe die 0,1-0,2% hat.

### Wie wird Corona nachgewiesen?

Es erfolgt ein Abstrich, im tiefen Rachen und Nasenraum, der als Kultur angelegt wird. Wachsen Viren auf dem Medium ist der Mensch COVID-19 positiv. Das sagt nichts über die Erkrankung oder Symptome aus. Des Weiteren gibt es eine Möglichkeit die Viren im Blut nachzuweisen, um die virale Last und Aktivität der Viren zu bestimmen.

### Wie schütze ich mich richtig?

Menschenansammlungen vermeiden und den Abstand von 1,5-2 Metern immer einhalten. Auch der Kontakt zu Menschen mit akuten Symptomen eines Atemwegsinfekts sollte vermieden werden, um sich selbst und andere zu schützen. Soziale Kontakte sind auf ein Minimum zu beschränken. Niesen und Husten erfolgt in ein Einmaltaschentuch oder die Armbeuge. Das Taschentuch wird dann anschließend sofort entsorgt und gefolgt von einer Desinfektion der Hände.

Regelmäßiges Händewaschen und desinfizieren der Hände vor allem nach dem Einkauf, oder anderen Kontakten in der Öffentlichkeit sind obligat. Der Kontakt der eigenen Hände mit Mund, Nase und Augen sollte vermieden werden.

Beim Einkaufen muss eine Mund-Nasen-Maske getragen werden. Ein einfacher Schal oder ein Tuch schützt deutlich weniger als ein Mund-Nasen-Schutz. Deshalb empfiehlt sich eine solche Maske zu tragen.

Wichtig dabei ist das richtige Anlegen eines Mund-Nasen-Schutzes. Hier eine Anleitung:

1. Greife die Maske von außen, sodass die offene Seite zum Gesicht zeigt
2. Fixiere die Maske an Nase und Kinn und ziehe die Gummibänder mit der anderen Hand hinter die Ohren
3. Der Metallbügel, welcher an der Maske befestigt ist, wird nun an den Nasenrücken gedrückt und somit angepasst
4. Der Obere und untere Teil der Maske sollte nochmal kontrolliert werden damit die Maske richtig dicht sitzt

Ein Mund-Nasen-Schutz muss nicht unbedingt nach einmaliger Benutzung weggeschmissen werden - er kann öfter benutzt werden. Beim An- und Ablegen sollte nur beachtet werden, mit den Händen nicht die Innenseite zu berühren.

Wenn man den Mund-Nasen-Schutz bei 80°C für eine halbe Stunde in den Backofen legt, gilt dieser als wieder Keimarm. (Nicht ohne Aufsicht!)

### Was passiert, wenn ich COVID-19 positiv getestet wurde?

Es erfolgt die Häusliche Isolierung. Das heißt, dass die betroffene Person und die Personen, welche mit in dem Haushalt leben, Zuhause in Quarantäne sind. Der Kontakt unter den Haushaltsangehörigen sollte dann auf das nötigste Beschränkt werden, um die Ansteckungsgefahr zu vermindern. Der

persönliche Kontakt mit Freunden, Bekannten, Lieferdiensten etc. ist dabei zu unterlassen. Lieferungen werden vor dem Haus- oder Wohnungseingang abgelegt und der Betroffene trägt einen Mund-Nasen-Schutz, sowie ein größtmöglicher Abstand wird eingehalten.

Räume sollten dann regelmäßig gelüftet und Händeschütteln ist untersagt. Allgemeine Hygienemaßnahmen wie Händewaschen und desinfizieren sind einzuhalten. Häufig berührte Flächen (z.B. Tische) müssen regelmäßig desinfiziert werden. Die Wäsche der erkrankten Person muss bei mindestens 60°C gewaschen werden, denn so können die Erreger abgetötet werden. Auf die gleiche Art und Weise kann man auch einen MNS waschen.

Das Gesundheitsamt verordnet die Quarantäne und die betroffenen Personen im Isolierten Haushalt müssen ein Symptomtagebuch führen, ganz gleich ob Symptome vorhanden sind oder nicht. Das Gesundheitsamt wird fast täglich anrufen, um sich nach Symptomen zu erkundigen. Das Ordnungsamt überprüft die Einhaltung der häuslichen Quarantäne.

Zu widerhandlungen sind strafbar und werden mit Geldstrafen geahndet. Das Ärzteteam des Gesundheitsamtes kontrolliert bei Infizierten Personen regelmäßig die Sauerstoffsättigung und die Atemfrequenz, damit bei Verschlechterung des Allgemeinzustandes schnell reagiert werden kann.

Wir haben in Sachsen relativ wenig Erkrankungen und jetzt seid Ihr gefragt damit das so bleibt!!!

Wenn ihr jemanden kennt, der glaubt Corona sei eine Erfindung der Chinesen oder den vielen verschiedenen Verschwörungstheorien glaubt und gegen die Schutzmaßnahmen wettet, dann druckt diesen Artikel aus und fordert die Person dazu auf ihn genau zu lesen. Die Epidemie ist noch nicht vorbei und genau jetzt sollten wir auf gar keinen Fall leichtgläubig und unvorsichtig werden. Es könnte auch eure Familie sein die betroffen ist! Bis ein Heilmittel erfunden wurde, bleibt die Gefahr bestehen.