

Aufklärung Corona-Virus

Dr. med. Ulrike Gotthardt, Deutscher Gehörlosen-Bund e. V.
Stand: 17. März 2020

Alle gebärden und sprechen derzeit über das Corona-Virus. Aber was muss man dazu wissen, was soll man tun? Im Internet gibt es dazu viele und auch verschiedene Informationen. Leider sind diese Informationen nur in der Schriftsprache gehalten, in der Sprachform der hörenden Menschen. Deswegen können viele gehörlose und hörbehinderte Menschen diese Informationen nicht immer gut verstehen. Auch gibt es dazu keine Videos mit Übersetzungen in die Gebärdensprache. Aus diesen Gründen hat Dr. med. Ulrike Gotthardt, Präsidiumsmitglied des DGB, hier noch einmal schriftlich, aber besser für gehörlose und hörbehinderte Menschen zu verstehen, wichtige Aspekte dieser Krankheit aufgeschrieben. Dieses fünfseitige Aufklärungspapier wurde am 5. März 2020 erstmals veröffentlicht und am 17. März 2020 etwas überarbeitet.

Mit Unterstützung des Berufsverbandes der tauben GebärdensprachdolmetscherInnen e.V. haben sich drei taube Gebärdensprachdolmetscher/-innen (Christine Weinmeister/Signissimo, Markus Meincke/VerbaVoice und Benedikt Sequeira Gerardo/Yomma) bereit erklärt, das Aufklärungspapier in DGS zu übersetzen. Herzliches "Danke schön" an diese Gebärdensprachdolmetscher/-innen!

Der DGB bittet um Entschuldigung, dass das Aufklärungspapier nicht früher übersetzt werden konnte. Denn wir mussten uns in der letzten Zeit mit ganzer Kraft für den barrierefreien Zugang von gehörlosen Menschen und Hörbehinderten zu Gesundheitsinformationen zum Corona-Virus einsetzen. Den Erfolg dieses Einsatzes mit vielen Personen aus der Politik und der Gehörlosengemeinschaft sehen wir mehr und mehr: Inzwischen werden erste Gebärdensprachfilme auf den Websites der Bundesbehörden und der Bundesregierung usw. veröffentlicht. Wir werden weiter gemeinsam kämpfen, denn es gibt noch reichlich viel zu tun in sehr ernsten Zeiten des Corona-Virus.

Allgemeine Einleitung zum Corona-Virus:

Das aktuelle, neue Corona-Virus mit dem Namen 2019-nCoV wurde Ende 2019 beim Menschen bekannt. Es hat sich vom Tier auf den Menschen übertragen, es überträgt sich jetzt auch von Mensch zu Mensch. Deswegen ist noch nicht so viel darüber bekannt, z.B. über die Ansteckung und den Krankheitsverlauf. Es gibt noch keine Behandlung dafür und auch noch keine Impfung. Im Moment wird sehr intensiv danach geforscht, aber es braucht noch mindestens ein Jahr.

Daher gibt es im Moment immer wieder neue Informationen dazu. Ärzte und andere Fachleute, auch jeder Einzelne, müssen sich immer wieder neu informieren. Weil man die Verbreitung dieses Virus beschränken muss, werden bestimmte Gebiete, auch Orte oder Einrichtungen, gesperrt bzw. geschlossen. Die Personen, die sich angesteckt haben, müssen dann dort bzw. zu Hause bleiben, sie werden isoliert (= Quarantäne). Wenn man eine Reise machen möchte, vor allem in das Ausland, sollte man sich vorher informieren. Sonst kann es passieren, dass man unterwegs oder an seinem Reiseziel nicht weiterkommt.

Gesperrte Gebiete gibt es besonders in China und Italien. Mittlerweile ist aber die überwiegende Zahl der Länder weltweit von der Ausbreitung des Virus betroffen. Dabei können z. B. kleinere oder größere Gebiete gesperrt werden, ebenso können Züge aufgehalten werden oder

es können in Zügen und an Flughäfen Kontrollen z.B. mit Fiebermessungen durchgeführt werden. Oder es können Zugreisende von den Behörden aufgefordert werden, vor dem Aussteigen ihre Namen, Adressen usw. anzugeben, falls man glaubt, ein Reisender in einem Zug ist an dem Virus erkrankt. Wenn die Untersuchung dieses Reisenden zeigt, dass er wirklich mit dem Virus angesteckt ist, dann können die anderen Reisenden informiert und isoliert werden.

Alle sollten sich daher regelmäßig informieren zur Krankheit, zum Krankheitsverlauf, zu gesperrten Gebieten u.a.

In Deutschland informiert man sich vor allem bei:

- Robert-Koch-Institut in Berlin: www.rki.de, diese Informationen sind besonders für Fachleute, z.B. Ärzte
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.bzga.de, diese Informationen sind vor allem für die allgemeine Bevölkerung gedacht
- Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe: www.bkk.bund.de
- Reise- und Sicherheitshinweise vom Auswärtigen Amt: www.auswaertiges-amt.de

Ansteckung mit dem Corona-Virus 2019-nCoV:

Die Übertragung des Virus kann vom Tier auf den Menschen und vom Menschen zum Menschen erfolgen. Zur Übertragung kommt es durch:

- Kontaktinfektion: Enger körperlicher Kontakt, Berührung einer kranken Person
- Tröpfcheninfektion: Einatmen von kleinen Tröpfchen, die das Virus enthalten und von einer kranken Person durch Niesen oder Husten verbreitet werden
- Schmierinfektion: Berührung von Gegenständen, auf denen sich das Virus befindet. Diese können wahrscheinlich mehrere Tage z.B. auf Metall (Türklinke), Glas oder Plastik überleben und damit ansteckend sein.
- Übertragung durch Stuhlgang und Mund: Dieses ist auch möglich, weil man das Virus im Stuhlgang von kranken Personen gefunden hat.

Die Zeit von einer Ansteckung mit dem Virus bis zu den ersten Erscheinungen (= Symptome) beträgt zwischen 2 bis 14 Tage. Bei der Ansteckung mit Corona-Viren sind vor allem die Atemwege betroffen. Der Verlauf der Erkrankung ist sehr unterschiedlich. Es kann zu ganz geringen Erscheinungen, mittleren und auch schweren Verläufen kommen. Es gibt aber auch ganz unauffällige Verläufe.

Die ersten Erscheinungen der Erkrankung sind z.B.

- Fieber (ca. 90% der kranken Personen) = Körpertemperatur über 38°
- trockener Husten (ca. 70% der kranken Personen)
- Entzündung im Rachen, z.B. als Kratzen im Hals
- Nasenentzündung, „Nasenlaufen“
- Muskelschmerz
- Schlappeheit, Müdigkeit
- Durchfall

Seltener kommt es auch zu Kopfschmerzen, Auswurf beim Husten oder Beschwerden des Bauchraumes (Übelkeit, Durchfall, Erbrechen). Mit dem Fortschreiten der Erkrankung werden die Lungen mehr und mehr beteiligt. Dann kann es zusätzlich Atemnot, Kurzatmigkeit und Brustschmerzen geben. Bei weiterer Verschlechterung kann es auch zur Lungenentzündung, manchmal auch einer Rippenfellentzündung, kommen. Die Erkrankung der Lunge wird dann Covid-19 genannt.

Viele Erscheinungen der Krankheit sind also ähnlich wie bei grippalen Infekten. Deshalb ist es nicht einfach, zwischen einem grippalen Infekt und einer Infektion mit dem Corona-Virus zu unterscheiden.

Es gibt bestimmte Gruppen von kranken Personen, die bei einer Infektion mit dem Virus besonders gefährdet sind. Diese kranken Menschen können einen schweren Krankheitsverlauf erleben. Das betrifft vor allem Senioren, Menschen mit schwachem Immunsystem oder zusätzlichen Krankheiten, z.B. Zuckerkrankheit, Bluthochdruck, Herz-Kreislaufkrankung, chronische Lungenkrankheit. Man glaubt, dass von 100 kranken Personen etwa 2 bis 2,5 Personen daran sterben (= 2 bis 2,5%).

Vor allem alten Menschen oder Menschen mit einem schwachen Immunsystem wird außerdem dringend empfohlen, dass sie gegen Grippe geimpft werden. Denn Krankheiten wie die Grippe oder Keuchhusten können zu schweren Lungentzündungen führen. Sie sind dann zusammen mit der vom Virus ausgelösten Lungenerkrankung Covid-19 besonders gefährlich.

Was kann ich tun, worauf muss ich achten, damit ich möglichst nicht angesteckt werde?

Es ist sehr wichtig, sich möglichst vor einer Ansteckung mit dem Virus zu schützen. Genauso wichtig ist es aber auch, andere Menschen davor zu schützen, z.B. wenn man selbst an diesem Virus erkrankt ist.

Auf jeden Fall soll man die üblichen empfohlenen und bekannten Maßnahmen zum Schutz vor Infektionen durchführen. Es sind Maßnahmen, die man wie selbstverständlich und eigentlich immer durchführen sollte, besonders in den Jahreszeiten mit mehr Erkältungen und Grippeerkrankungen, also vor allem im Herbst und im Winter.

Also:

- Abstand halten zu Menschen, die Anzeichen einer Erkältung haben. Auch selbst Abstand zu anderen Menschen halten, wenn man erkältet ist. Beim Husten oder Niesen: Abstand mindestens ein bis zwei Metern von anderen Personen halten.
- Auf das Schütteln von Händen oder Umarmungen soll unbedingt verzichtet werden. Ein Lächeln und Winken trägt zum Schutz bei.
- Wichtig: allgemeine Sauberkeit (= Hygiene). Ganz besonders wichtig ist aber das richtige und gründliche Händewaschen über 20 bis 30 Sekunden mit Seife. Die Seife zerstört das Virus. Die Desinfektion der Hände ist bei richtigem Händewaschen dann nicht unbedingt notwendig.
- Das richtige Händewaschen können Sie auf https://www.youtube.com/watch?v=HwMDo_QZkKI sehen.
- Bitte beachten Sie dazu auch genau die Hygienetipps, die auf dem Plakat dargestellt sind (siehe Anhang).
- In ein Einmaltaschentuch husten, niesen oder schnäuzen (= Nase putzen). Das Einmaltaschentuch in einen geschlossenen Behälter, z.B. Mülleimer mit Deckel, wegwerfen. In die Armbeuge niesen oder husten.
- Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten: die Hände gründlich waschen.
- Nicht das Gesicht anfassen, wenn die Hände nicht gewaschen sind.
- Möglichst nicht Oberflächen anfassen, die im öffentlichen Raum viel berührt oder angefasst werden, z.B. Türgriffe.
- Große Ansammlungen von Menschen vermeiden, also z.B. Vorsicht vor großen Kongressen, Tagungen, Konzerten. Es gibt aktuell sogar die Empfehlung, größere private Feiern nicht durchzuführen bis die Corona-Virus-Krankheitswelle wieder zurückgegangen ist.

Es gibt keine Beweise dafür, dass ein Mund-Nase-Schutz (= Maske) eine gesunde Person vor der Ansteckung mit dem Virus schützt. Jedoch sollte jemand, der selbst eine Infektion der Atemwege hat oder an dem Virus erkrankt ist, in der Öffentlichkeit einen Mund-Nase-Schutz benutzen. Damit schützt man andere Personen davor, z.B. durch Husten oder Niesen, mit diesem Virus angesteckt zu werden (= Fremdschutz). Damit der Mund-Nasen-Schutz gut hilft, muss er eng anliegen. Er sollte beim Tragen auch nicht verschoben werden. Auch muss er gewechselt werden, wenn er, z.B. durch die Atemluft, feucht geworden ist. Wenn ein Mund-Nase-Schutz gebraucht wird, ist es am besten, wenn man Beratung von einer medizinischen Fachperson bekommt. Dann kann genau erklärt werden, welche Maske für die jeweilige Person passt, wie man damit umgeht usw.

Wann muss man an die Gefahr einer Ansteckung mit dem Virus denken? Oder: wann kann der Verdacht auf eine Ansteckung bestehen?

Vor allem, wenn Sie die beschriebenen Krankheitszeichen Husten, Kratzen im Hals, Schnupfen und Fieber haben ist es wichtig, dass Sie untersucht werden. Denn es muss geklärt werden, ob es eine harmlose Erkältung ist oder ob Sie an dem Corona-Virus erkrankt sind.

Man sollte auch an eine Gefährdung denken, wenn man in Risikogebieten ist (z.B. Norditalien) oder von diesen zurückkehrt und Krankheitszeichen bemerkt, wie Fieber, Husten oder Atemnot. Dann sollte man z.B. während einer Fahrt oder eines Fluges, am Flughafen oder an anderen Orten, sofort das dort tätige Personal informieren.

Die Erklärung eines bestimmten Gebietes zu einem Risikogebiet kann sich kurzfristig ändern und kann mittlerweile auch in Deutschland passieren. Welche Risikogebiete es aktuell gibt, kann man auf den Webseiten des Robert-Koch-Instituts oder der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erfahren. Jeder, der in den letzten 14 Tagen in einem Risikogebiet war, muss sich auch vorsichtig verhalten: Kontakte zu anderen Menschen, die nicht notwendig sind, sollen vermieden werden. Egal, ob man Zeichen einer Viruserkrankung hat oder nicht, sollte man sich sofort per Mail, telefonisch mit TESS oder durch hörende Bekannte, mit dem Hinweis auf die Reise in das Risikogebiet, beim Gesundheitsamt melden. Das für den Wohnort zuständige Gesundheitsamt ist auf der Webseite des Robert-Koch-Institutes zu finden. Von dort bekommt man Informationen, wie man sich weiter richtig verhalten soll.

Eine mögliche Infektion mit dem Virus kann dann ein Arzt feststellen. Wenn man glaubt, sich mit dem Virus angesteckt zu haben: bitte nicht einfach zum Arzt laufen! Denn wenn jemand das Virus hat und direkt in die Arztpraxis läuft, dann verbreitet die Person das Virus beim Arzt und in der Öffentlichkeit. Dann werden noch mehr Menschen krank. Deswegen sollen alle daran denken und mithelfen, auch andere Menschen vor einer Ansteckung zu schützen. Damit das Virus möglichst nicht weiterverbreitet wird, soll man zuerst mittels Mail, Fax, Telefon mit TESS oder durch Telefonanruf einer hörenden Vertrauensperson Kontakt mit einer Arztpraxis, dem örtlichen Hausärztlichen Notdienst, dem Gesundheitsamt oder einer Ambulanz aufnehmen. Dabei sollte mitgeteilt werden, welche Krankheitszeichen man beobachtet hat. Dann erfährt man, was man machen muss und wie man sich verhalten soll. Im Allgemeinen wird bei Verdacht auf eine Infektion mit dem Virus ein Abstrich vom Nase-Rachen-Bereich gemacht. Damit kann geklärt werden, ob wirklich eine Ansteckung mit dem Virus besteht. Diese Testung wird von den Krankenkassen bezahlt, wenn die Krankheitszeichen darauf hinweisen, dass man sich wirklich angesteckt haben könnte. Das entscheidet dann aber die Ärztin oder der Arzt, weil diese oft mit einer Grippe oder einer „normalen“ Erkältung verwechselt werden.

Zum Schutz der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer Menschen sollte man sich auf jeden Fall beim Arzt melden, wenn man Krankheitserscheinungen hat!

Was passiert, wenn ich am Corona-Virus erkrankt bin?

Wenn bei jemand das Corona-Virus festgestellt worden ist, kommt es darauf an, wie stark die Krankheitserscheinungen sind.

Meistens sind die Krankheitserscheinungen milde. Dann muss man zu Hause bleiben, darf nicht zur Arbeit und nicht nach draußen gehen. Diese Isolierung nennt man „häusliche Quarantäne“. In dieser Zeit wird man vom Arzt krankgeschrieben und bekommt dann auch Krankengeld. Es dauert dann ungefähr 14 Tage, bis man andere nicht mehr anstecken kann. Dann entscheidet der Arzt, das Gesundheitsamt oder ein entsprechendes Amt/Behörde, ob man wieder nach draußen gehen darf.

Wenn die Krankheitserscheinungen stark sind, z.B. auch mit Lungenentzündung, dann entscheidet der Arzt, wie es weitergeht und ob man z.B. in das Krankenhaus gehen muss. Dann erfolgt die Fahrt dorthin mit speziellen Schutzmaßnahmen auch für das begleitende medizinische Personal. Die Krankenhausbehandlung erfolgt dann in einem speziellen, isolierten Bereich vom Krankenhaus selbst oder in einem gesonderten Gebäude.

Im Fall einer besonderen Gefahrensituation können die Ämter bzw. Behörden kranke Menschen auch zwingen, z.B. in die Quarantäne zu gehen. Man sollte auf jeden Fall den Empfehlungen und Vorgaben des Arztes, des Gesundheitsamtes oder entsprechender Ämter/Behörden folgen!

Im Moment gibt es noch keine Möglichkeit, genau gegen Coronaviren zu behandeln. Auf der ganzen Welt suchen aber jetzt Forscher nach speziell gegen das Virus gerichtete Behandlungsmethoden. Auch suchen sie nach Möglichkeiten, dagegen zu impfen. Die medizinische Behandlung von Personen, die an dem Virus erkrankt sind, erfolgt wie bisher mit den bekannten Behandlungsmethoden für die jeweiligen Krankheitszeichen. Es wird also z.B. der Husten mit einem Mittel gegen den Hustenreiz behandelt oder Fieber mit einem Mittel, das im allgemeinen das Fieber senkt.

Besonders wichtig ist aber immer: Man soll sich nicht verrückt machen, auch nicht von anderen verrückt machen lassen! Weil es eine neue Krankheit ist und noch nicht viel darüber bekannt ist, müssen wir alle akzeptieren, dass noch nicht alles gut und perfekt ablaufen kann. Und es gibt auch noch nicht auf alle Fragen schon Antworten. Deswegen ist es ganz wichtig, dass alle sich genau an die Empfehlungen zur Sauberkeit, zum Abstand von anderen und an Anweisungen von Ärzten und Behörden halten!