

## **HINWEISE ZU ERKRANKUNGEN MIT DEM NEUARTIGEN CORONAVIRUS**

Derzeit verbreitet sich das neuartige Coronavirus – SARS-CoV-2 – auch in Deutschland. Dieses Merkblatt gibt Ihnen grundsätzliche Informationen über die Covid-19 genannte Erkrankung, über Verhaltensregeln und über Maßnahmen, mit denen Sie das Infektionsrisiko für sich und andere vermindern können.

### **WIE WIRD DAS NEUARTIGE CORONAVIRUS ÜBERTRAGEN?**

Die Übertragung der Influenzaviren zwischen Menschen erfolgt durch Speicheltröpfchen beim Atmen, Husten oder Niesen. Gelangen diese infektiösen Sekrete an die Hände, die anschließend beispielsweise das Gesicht und die Schleimhäute berühren, kann möglicherweise auch eine Übertragung stattfinden. Unklar ist noch, ob das Virus auch fäkal-oral übertragen werden kann. Man nimmt derzeit an, dass es nach einer Ansteckung bis zu 14 Tage dauern kann, bis Krankheitszeichen auftreten können.

### **WELCHE SYMPTOME KÖNNEN BEI EINER ERKRANKUNG AUFTRETEN?**

Die Infektion kann zu Symptomen eines grippalen Infekts führen, wie Husten, Schnupfen, Halskratzen, Fieber. Bei einem Teil der Patienten kann die Erkrankung auch einen schweren Verlauf nehmen. Es kann zu Atemproblemen und zu einer Lungenentzündung kommen. Todesfälle gab es bislang vornehmlich bei Patienten, die älter waren und/oder chronische Grunderkrankungen hatten. Einigen Patienten litten auch unter Durchfall.

### **WIE KANN ICH EINE ANSTECKUNG VERMEIDEN?**

Wie bei anderen Atemwegkrankungen können Sie durch einfache Hygienemaßnahmen, insbesondere Husten- und Niesetikette, Händehygiene und Abstand zu Erkrankten, das Risiko vermindern, sich oder andere anzustecken. Das heißt konkret:

- » Husten oder niesen Sie andere nicht an.
- » Husten Sie nicht in die Hand, sondern in ein Einmaltaschentuch, ggf. in Ihren Ärmel.
- » Halten Sie beim Husten größtmöglichen Abstand zu anderen und wenden Sie sich von Ihrem Gegenüber ab.
- » Benutzen Sie Einmaltaschentücher und entsorgen Sie diese möglichst sofort nach einmaliger Benutzung in dicht schließenden Müllbehältern. Stofftaschentücher sollten mindestens bei 60 Grad gewaschen werden.
- » Vermeiden Sie Händekontakt.
- » Vermeiden Sie Berührungen von Augen, Nase oder Mund.
- » Waschen Sie sich oft und gründlich die Hände, z. B. nach Personenkontakt, Benutzung von Sanitäreinrichtungen. Verreiben Sie die Seife 20 bis 30 Sekunden zwischen den Fingern.
- » Stehen Waschgelegenheiten nicht zur Verfügung, können die Hände mit geeigneten alkoholischen Lösungen, Gels oder Tüchern desinfiziert werden. Zu Hause sind keine Desinfektionsmittel nötig solange keiner erkrankt ist.
- » Im öffentlichen Nahverkehr z.B. in der S-Bahn empfiehlt sich das Tragen von Handschuhen beim Festhalten. Allgemein sollten stark frequentierte Gegenstände wie Türklinken, Klingelschilder gemieden werden oder nur geschützt berührt werden.

- » Lüften Sie Räume mehrmals täglich mehrere Minuten. Dies verringert die Zahl der Keime in der Luft und verhindert das Austrocknen der Schleimhäute.
- » Trinken sie ausreichend, um das Austrocknen der Schleimhäute zu verhindern. Hilfreich können hier auch befeuchtende Nasensprays sein.

### **IST EIN MUND-NASEN-SCHUTZ SINNVOLL?**

Es gibt keine ausreichenden Belege dafür, dass das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes das Risiko einer Ansteckung einer gesunden Person verringert. Nach Auffassung der Weltgesundheitsorganisation kann das Tragen einer Maske ein falsches Sicherheitsgefühl erzeugen. Im Zweifel werden zentrale Hygienemaßnahmen vernachlässigt.

Wenn eine an einer Atemwegsinfektion erkrankte Person in die Öffentlichkeit gehen muss, kann das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes sinnvoll sein, um das Risiko einer Ansteckung anderer Personen durch Tröpfcheninfektion zu verringern.

Für Mund-Nasen-Schutz und FFP-Masken gibt es derzeit allerdings Lieferengpässe. Ein Großteil der Produktion für den europäischen Markt erfolgt in China. Nicht zuletzt aufgrund des dortigen Bedarfs ist daher davon auszugehen, dass auf absehbare Zeit nur eingeschränkte oder gar keine Lieferungen erfolgen.

### **VERHALTENSREGELN BEI VERDACHT AUF COVID-19**

- » Wenn Sie persönlichen Kontakt zu einer Person hatten, bei der SARS-CoV-2 nachgewiesen wurde, sollten Sie sich unverzüglich an Ihr zuständiges Gesundheitsamt<sup>1</sup> wenden. Dies gilt auch, wenn Sie keine Krankheitszeichen haben.
- » Wenn Sie sich innerhalb der letzten 14 Tage in einem vom Robert-Koch-Institut ausgewiesenen Risikogebiet<sup>2</sup> aufgehalten haben, melden Sie sich unabhängig von Krankheitszeichen unverzüglich telefonisch unter Hinweis auf Ihre Reise beim zuständigen Gesundheitsamt.
- » Nach einem Aufenthalt in Regionen, die zwar kein Risikogebiet sind, in denen aber Covid-19-Fälle vorkommen, sollte man unnötige Kontakte vermeiden und nach Möglichkeit zu Hause bleiben. Kommt es innerhalb von 14 Tagen nach Rückreise zu Fieber, Husten oder Atemnot, sollte der Arzt aufgesucht werden – allerdings nur nach telefonischer Voranmeldung und mit Hinweis auf die Reise.

### **GIBT ES EINE SPEZIFISCHE THERAPIE GEGEN COVID-19?**

Eine spezifische Behandlung gegen Covid-19 gibt es nicht. Man kann die Symptome lindern und unterstützende Maßnahmen ergreifen. Derzeit gibt es auch keinen Impfstoff, mit dem sich Covid-19 vorbeugen lässt.

### **WO FINDE ICH WEITERE INFORMATIONEN (AUSWAHL)?**

- » Robert Koch-Institut ([www.rki.de](http://www.rki.de))
- » Bundesministerium für Gesundheit ([www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de))
- » Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung ([www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de))
- » Auswärtiges Amt ([auswaertiges-amt.de](http://auswaertiges-amt.de)) Informationen für Reisende und Rückholungen von Reisenden
- » Weltgesundheitsorganisation ([www.who.org](http://www.who.org))

<sup>1</sup> Gesundheitsamt nach Postleitzahl: <https://tools.rki.de/plztool>

<sup>2</sup> Risikogebiete veröffentlicht das RKI unter [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)