



## GRIPPE ODER CORONAVIRUS?

### Was ist das Coronavirus?

Seit Dezember 2019 sind in China Fälle von Atemwegserkrankungen durch ein neuartiges Coronavirus (SARSCoV-2) aufgetreten. Die Erkrankung (Covid-19) hat sich mittlerweile auch in anderen - europäischen - Regionen ausgebreitet (Risikogebiete: [www.hausarztlink/ByMow](http://www.hausarztlink/ByMow)).

Nach rund 2 - 14 Tagen (meist nach 5 - 6 Tagen) können Beschwerden auftreten, die an eine Grippe oder eine Erkältung erinnern:

- Fieber
- Husten
- Atemnot
- Halsschmerzen oder -kratzen

Es wird von Mensch zu Mensch übertragen. Der Hauptweg ist wahrscheinlich eine Tröpfcheninfektion wie „Anniesen/Anhusten, feuchte Aussprache“ bei längerem, engem Kontakt (ca. 15 Min.) mindestens 2 m Abstand halten.

SARSCoV-2 ist ein behülltes Virus, das empfindlich auf Austrocknung reagiert. Daher gehen Virologen derzeit davon aus, dass die Übertragung, etwa über Geldscheine, Türklinken o. Ä.- kaum eine Rolle spielt, weil es auf solchen Oberflächen schnell austrocknet und nicht lange überlebt. Dennoch ist regelmäßiges Händewaschen wichtig, um die Übertragungschance zu minimieren.

**Wichtig: Grippe und Coronavirus können bereits ansteckend sein, bevor Beschwerden auftreten: [www.bzga.de](http://www.bzga.de)**

### Bin ich am Coronavirus erkrankt?

Eine Erkrankung sollte abgeklärt werden, wenn Sie akute Atemwegs- oder Allgemeinbeschwerden haben **UND** Sie bis maximal 14 Tage vor Erkrankungsbeginn in einem Risikogebiet (s. o.) waren **ODER** Sie bis maximal 14 Tage vor Erkrankungsbeginn Kontakt zu einem bestätigten Infizierten hatten.

**Wenden Sie sich in diesem Fall telefonisch an den kassenärztlichen Notdienst Tel. 116117 oder Ihre Hausarztpraxis, um die Abklärung zu besprechen.**

Blieben Sie zunächst zuhause, bis Sie das Vorgehen besprochen haben. **Desinfizieren** oder waschen Sie sich die Hände (30 Sekunden!) **vor Betreten und bei Verlassen** einer Praxis, Klinik und, wenn möglich, auch anderen öffentlichen Räumen sowie halten Sie etwa 2 m Abstand zu anderen Personen. Bei Verdacht meiden Sie auch privaten Kontakt zu anderen Personen (s. u.). Die Kassen tragen die Kosten für einen SARS-CoV-2-Test, wenn Ihr Arzt einen Verdacht sieht.

### Warum sollte ich Ärzte ANRUFEN?

In erster Linie sinkt so das Infektionsrisiko für das Coronavirus und andere Erreger. Dadurch helfen Sie, Ihre Ärzte und andere Patienten zu schützen, deren körpereigene Abwehrkräfte geschwächt sind. Dazu zählen besonders Personen über 60 Jahre und mit einer chronischen Erkrankung wie Bluthochdruck, Diabetes oder Krebs. Es ist wichtig, dass Ärzte deren „normale“ Versorgung fortführen können. Trotzdem sollen Ihre Sorgen geklärt werden!

### Ihre Fragen beantworten Ärzte etwa unter Tel. 116117.

Bewahren Sie Geduld. Auch für eine Krankmeldung reicht mitunter der Anruf bei Ihrem Hausarzt. Er kann Sie bei leichten Atemwegserkrankungen - wenn kein Corona-Verdacht besteht- bis zu sieben Tage krankschreiben (gilt vorerst vom 09. März bis zum 06. April).

### Warum wird nicht jeder getestet?

Wenn Sie nicht die für Covid-19 typischen Beschwerden haben, nicht in einem Risikogebiet waren oder Kontakt mit einem bestätigten Infizierten hatten, ist ein Test aus medizinischen Gründen nicht sinnvoll.

### Wie kann ich mich und andere schützen?

Wer keine Beschwerden hat, braucht keine Schutzmaske. Allgemeine Vorsichtsmaßnahmen helfen:

- **Häufiges Händewaschen** mit Wasser und Seife oder auf Reisen mit einem alkoholischen Gel (in kleinen Flaschen in der Regel im Drogeriemarkt erhältlich); möglichst nicht mit den Händen ins Gesicht fassen.
- **„Korrektes“ Husten:** Husten/Niesen mit einem Taschentuch vor Mund und Nase und entsprechendes Entsorgen im verschließbaren Abfalleimer **ODER** Husten/Niesen in den oberen Teil des Ärmels.
- **Halten Sie Abstand** (etwa 2 m) von erkennbar erkrankten Menschen mit Atemwegsbeschwerden.
- **Mehrmals täglich 10 Minuten Stoßlüften** senkt die Virenzahl in der Luft und beugt dem Austrocknen der Schleimhäute von Nase und Mund vor.
- **Überlegen Sie, wie Sie besonders ältere Angehörige schützen können** (z. B. Betreuung von Enkeln einschränken, Einkäufe abnehmen oder nicht zu Stoßzeiten einkaufen, Menschengruppen meiden).

**Fragen beantwortet das Bürgertelefon des Gesundheitsministeriums: Tel. 030 346465100**

(Mo.-Do. von 08.00-18.00 Uhr und Fr. von 08.00-12.00 Uhr)