

Corona-Virus – Eine ernsthafte Bedrohung oder nur Alarmismus?

Leider ist noch Ende Februar in den Medien und auch von Politikern und anderen Experten über dieses Thema „unglücklich“ informiert worden. In weiten Teilen der Bevölkerung hat sich der Eindruck verfestigt, die Erkrankung sei harmloser als die Grippe und es reiche aus, sich häufiger und länger die Hände zu waschen.

Dies trifft nicht zu. Wir haben es mit einer ernsthaften gesundheitlichen und wirtschaftlichen Bedrohung aller Bevölkerungsgruppen zu tun.

Wer nicht selber am Virus erkrankt, leidet gegebenenfalls dennoch an den Folgen eines überlasteten Gesundheitssystems, weil auch die bisher schon üblichen Erkrankungen und Verletzungen nicht mehr im bisherigen Umfange bedient werden können.

Von den wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Auswirkungen sind ebenfalls alle Gruppen betroffen.

Was kann man tun?

Macht es Sinn eine Maske zu tragen oder nicht?

Die Antwort ist ganz klar **JA!** Es macht Sinn, eine Maske zu tragen.

Es gibt im Wesentlichen zwei Arten von Masken. Zum einen die relativ einfachen OP-Masken, wie sie auch von medizinischem Personal bei Eingriffen getragen werden. Diese Masken sollen verhindern, dass der Träger beim Sprechen oder Husten infizierte Tröpfchen in die Umgebung versprüht. Gleichzeitig schützen diese Masken aber auch den Träger davor, von seinem Gegenüber eine Wolke ausgehusteter Tröpfchen unmittelbar auf die Lippen, Augen oder Nasenöffnungen abzubekommen.

Die Maske bildet eine Barriere zwischen dem Träger und der Umgebung.

Dieser Typ von Masken ist für die meisten von uns am geeignetsten.

Der zweite Typ von Masken trägt die Bezeichnungen FFP1, FFP2, FFP3 oder N-95. Hierbei handelt es sich um Staubschutzmasken, die den Träger vor dem Einatmen von z.B. Stäuben und Farbnestern schützen sollen. Üblicherweise werden diese Masken von Handwerkern bei entsprechenden Arbeiten, z.B. beim Schleifen oder Lackieren benutzt. Es ist relativ unangenehm diese Masken zu tragen, man muss gegen einen deutlichen Widerstand atmen. Diese Masken werden von medizinischem Personal getragen, wenn davon ausgegangen werden muss, dass die Umgebungsluft in hoher Konzentration mit Keimen belastet ist, wenn z.B. ein infizierter oder mutmaßlich infizierter Patient behandelt werden muss.

Sofern Sie nicht zum medizinischen Personal gehören oder im Katastrophenschutz Einsatz sind, sollten Sie die entsprechenden Örtlichkeiten und Situationen weiträumig meiden und die geringen verfügbaren Bestände dieser Masken dem medizinischen Personal und den Einsatzkräften überlassen.

Warum wird von offizieller Seite das Tragen von Masken nicht empfohlen?

Vermutlich weil es nicht ausreichend Einmal-Masken gibt.

Nach aktuellem Stand sind Einmalmasken praktisch ausverkauft. Es gibt bereits Exportverbote. An diesem Zustand wird sich auch nicht viel ändern, da die weltweiten Produktionskapazitäten kurz- und mittelfristig nicht ausreichen werden, neben dem medizinischen Personal auch noch große Teile der Bevölkerung zu versorgen.

Man kann Mundschutzmasken auch aus Textilien herstellen, die gewaschen und mehrfach verwendet werden können. Noch in der ersten Hälfte des vergangenen Jahrhunderts haben Chirurgen erfolgreich textile Mundschutzmasken getragen, die gewaschen und wiederverwendet wurden.

Solche Masken kann man sich selber nähen, am besten gleich mehrere pro Person, da sowohl Einmal- als auch Textil-Masken nach etwa 2-4 Stunden gewechselt werden müssen. Im Internet gibt es bereits Schnittmuster, aber der individuellen Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Die Maske muss Mund und Nase umschließen und möglichst dicht anliegen. Benutzte Masken sind als „kontaminiert“ zu betrachten und sollten in einem möglichst ebenfalls waschbaren Beutel bis zur Wäsche aufbewahrt werden.

Wer keine Masken nähen mag, kann auch ein Tuch, z.B. ein Dreiecktuch aus dem Verbandkasten, verwenden.

Am besten werden wiederverwendbare Masken in der Waschmaschine mit herkömmlichem Waschmittel gereinigt. Benutzen Sie bitte den Kochwaschgang.

Einmal-Mundschutzmasken müssen ein sog. CE-Kennzeichen tragen und bestimmte Anforderungen erfüllen. Die Eigenschaften selbst hergestellter Masken kann man nicht so ohne weiteres prüfen, wenn es genügend Einmal-Masken gäbe, würden wir diese bevorzugt verwenden. In der Not ist nach unserer Überzeugung aber auch eine andere kreative Lösung hilfreich.

Wann und wo sollte man eine Maske tragen?

Wenn Sie mit anderen Menschen zusammenkommen, in öffentlichen Verkehrsmitteln, beim Einkaufen, am Arbeitsplatz und wenn Sie Ihren Arzt aufsuchen, sollte eine Maske getragen werden.

Was kann durch das Tragen der Maske bewirkt werden?

Nach dem Stand der Erkenntnisse erfolgt die Ansteckung unter anderem über die Tröpfcheninfektion. Das Corona Virus vermehrt sich in den Zellen des Mund- und Rachenraumes und der Lunge und wird beim Husten, Niesen, aber auch beim Sprechen in Form feinsten Tröpfchen

ausgeschieden und kann dabei Distanzen von 1 - 4 Metern überwinden. Viruspartikel sollen länger als 30 Minuten in der Luft stehen bleiben, sodass man sich in geschlossenen Räumen oder Verkehrsmitteln auch anstecken kann, wenn ein Infizierter den Raum längst wieder verlassen hat. Andere wird man angesteckt, wenn diese Tröpfchen in Mund, Nase oder Augen gelangen. Dies kann geschehen, wenn man entweder direkt angehustet oder angesprochen wird, oder wenn man Gegenstände anfasst, die Tröpfchen abbekommen haben und dann über die eigenen Hände in Mund, Nase oder Augen gelangen.

Die Maske verhindert vor allem, dass Viren und andere Keime an die Umwelt abgegeben werden, so dass die Möglichkeit, Andere anzustecken geringer wird.

Am besten geeignet sind hierfür die einfachen Mundschutz-Masken, wie sie vom medizinischen Personal bei Eingriffen getragen werden, um eine Infektion der Operationswunde zu vermeiden.

Das Corona-Virus ist hochansteckend, d.h. es breitet sich sehr schnell aus. Auch wenn nur ein kleiner Teil der Infizierten stationär behandelt werden muss, kommen sehr schnell hohe Patientenzahlen in einem kurzen Zeitraum zusammen, die die Kapazitäten unseres Gesundheitssystems sprengen würden. Es wird dann nicht nur für Corona Patienten schwierig, behandelt zu werden, sondern auch die Versorgung aller anderen Patienten wird gefährdet. Die Situation in Italien ist kein rein italienisches Problem, sondern kann mit einer Verzögerung auf uns zukommen.

Wenn möglichst viele Menschen Masken tragen und die übrigen Maßnahmen beachten, wird die Ausbreitungsgeschwindigkeit sehr deutlich reduziert, was dazu beiträgt, dass eine lebensgefährliche Überlastung des Gesundheitssystems verhindert wird.

Mit dem Tragen der Maske wird quasi eine mobile Isolierung erreicht.

Wer sollte eine Maske tragen?

Inzwischen sollte **jeder** eine Maske tragen.

Nach dem aktuellen Stand vom 16. März 2020 lassen sich die Infektionsketten der entdeckten Virus-Träger schon nicht mehr zweifelsfrei nachvollziehen. D.h. auch wer keinen Kontakt zu Menschen aus bekannten Infektionsgebieten hatte, kann bereits infiziert sein und andere anstecken, obwohl er selbst keinerlei Beschwerden hat.

Das wird in den nächsten Tagen und Wochen immer häufiger der Fall sein.

Heute, am Vormittag des 16. März 2020, gibt es in Deutschland etwa 6215 durch Testung bestätigte Infizierte. Der Test auf das Corona-Virus ist relativ aufwendig. An einem Tag können in Deutschland laut dem Vorstandsvorsitzenden der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, Andreas Gassen, etwa 20.000 Tests ausgewertet werden. Um die 80 Millionen in Deutschland lebenden Menschen ein einziges Mal zu testen, würde man – mit den aktuellen Testkapazitäten – rund 11 Jahre benötigen. Es können daher mit dem derzeitigen Verfahren überhaupt nur wenige „Verdächtige“ getestet werden und schon allein deshalb ist die Zahl der bestätigten Fälle zu niedrig. Die Dunkelziffer könnte derzeit

um den Faktor 10 bis 100 höher liegen, d.h. schätzungsweise könnten am 16. März 2020 bereits 60.000 bis 600.000 Personen in Deutschland infiziert sein, die nichts ahnend das Virus weiterverteilen.

Wenn man also nur die positiv getesteten 6215 Virusträger isoliert, bleiben 53.785 – 593.785 Verbreiter unter uns.

Für den Einzelnen unter den 80 Millionen Einwohnern Deutschlands ist es derzeit noch relativ unwahrscheinlich, dass er am 16. März 2020 von einem der Virusträger angesteckt wird. Es ist aber sicher, dass die nicht-isolierten Infizierten an diesem Tage etliche bisher virusfreie Mitmenschen ansteckten.

Auf diese Weise wird es in der nahen Zukunft auch für den Einzelnen immer wahrscheinlicher, dass er sich bei der immer größer werdenden Zahl an Infizierten ansteckt.

Es wird geschätzt, dass im Laufe der Epidemie insgesamt 60% der Bevölkerung, das sind 48 Millionen Menschen, infiziert werden. Wenn hiervon 5% stationärer Behandlung bedürfen, wären dies 2,4 Millionen Menschen, die zusätzlich zu den ohnehin vorhandenen diversen Erkrankten stationär behandelt werden müssten. Bei einer Bettenkapazität von rund 500.000 bundesweit und chronischem Personalmangel im Gesundheitssektor, hätte es verheerende Folgen, wenn diese 2,4 Millionen zusätzlichen Corona-Patienten innerhalb eines kurzen Zeitraums von z.B. nur 6 Monaten anfallen würden.

Wenn sich möglichst jeder so verhält, als sei er bereits selber infiziert, d.h. sich von Menschenansammlungen fernhält, in der Öffentlichkeit eine Maske trägt, und auf Hygiene achtet, kann die Ausbreitungsgeschwindigkeit der Erkrankung deutlich reduziert werden, so dass die Zahl der Patienten, die medizinischer Behandlung bedürfen pro Tag und Monat unter der kritischen Grenze bleibt, die unser Gesundheitssystem unweigerlich zum Zusammenbruch führen würde.

Wie lange wird die Epidemie dauern?

Man muss damit rechnen, dass wir über das Jahresende hinaus mit der Epidemie zu tun haben werden.

Mit der Verfügbarkeit eines Impfstoffes ist nicht so bald zu rechnen. Es ist auch nicht sicher, dass es überhaupt gelingen wird, einen Impfstoff zu entwickeln, der über längere Zeit Immunität gewährt.

Es besteht eine gewisse Hoffnung, dass bereits existierende Arzneimittel erkannt werden, die auch zur Behandlung der Corona-Erkrankung kurzfristig eingesetzt werden können.

Was kann man sonst noch tun?

Die nunmehr angeordneten Maßnahmen zur Isolierung sind sinnvoll und sollten eingehalten werden. Im Übrigen ist sinnvoll das eigene Immunsystem zu stärken.

Frische Luft und Sonne im eigenen Garten, auf dem Balkon oder am Fenster sind ebenfalls zu empfehlen. Sie können auch Spaziergänge im Park unternehmen, soweit Sie sich von anderen Menschen fernhalten.

Grunderkrankungen sollten so gut es geht stabilisiert sein, Alkohol und Rauchen sind für das Immunsystem eher ungeeignet.

Aktualisierungen

Wir werden uns bemühen, die diese Information von Zeit zu Zeit zu aktualisieren.