Stadt Bad Bramstedt
Die Bürgermeisterin

Besondere Situation durch Epidemiegefahr Corona-Virus

Sicher hat jede/r Kollege*in mittlerweile aus den Medien die wachsende Gefahr einer deutschlandweiten Epidemie der Virusinfektion durch Corona-Virus Covid-19 wahrgenommen. Gestern Abend wurde am UKE in Eppendorf der erste Infektionsfall mit dem Corona-Virus in Deutschland bestätigt.

Diese Gefahr für unsere Gesundheit sollten wir alle sehr ernst nehmen. Ziel muss es sein, mögliche Infektionsketten frühzeitig und nachhaltig zu unterbrechen. Hierzu sind ein paar einfache Verhaltensregeln von jedem zu beachten.

Ich ordne hiermit als Verwaltungschefin folgendes Verhalten während der Arbeitszeit an:

1. **Regelmäßig die Hände waschen!**
   Häufiges Händewaschen ist nach Meinung des Robert Koch-Instituts (RKI) und der Weltgesundheitsorganisation (WHO) die effektivste Methode, sich vor einer Ansteckung zu schützen. Doch das Händewaschen muss auch richtig sein: Damit Viren wirklich von den Händen abgewaschen werden, muss man mindestens 30 Sekunden lang waschen und mit Seife nicht nur die Handflächen, sondern auch die Fingerzwischenräume und den Handrücken gründlich bis zum Handgelenk reinigen. Feuchte Rückstände auf der Haut sind ideale Brutstätten. Immer auch sehr gründlich abtrocknen, auch zwischen den Fingern, am besten mit Papierhandtüchern oder unter einem Luftpuster. Nicht zuhause? Dann drehst du mit den Tüchern auch den Wasserhahn zu und fasst damit die Türklinke an, bevor du es wegwirfst und hinausgehst. Niemals im öffentlichen Bereich Handtücher nutzen.

2. **Nicht ins Gesicht greifen!**
   Jeder schärfe sich ein: „Faß dir nicht ständig mit den Händen ins Gesicht!". Viren können über den Kontakt mit den Schleimhäuten von Mund, Nase und Augen übertragen werden. So können Corona-Viren zum Beispiel auch in den Körper gelangen, wenn man sie am Finger hat und in die Augen reibt.

3. **Regelmäßig Desinfektionsmittel benutzen!**
   Gerade unterwegs besteht oft keine Gelegenheit, die Hände zu waschen. Dann hilft ein Handdesinfektionsmittel, vor einer Infektion zu schützen – übrigens auch gegen Grippeviren. Beim Corona-Virus ist es außerdem wichtig, dass das Mittel „begrenzt viruzent" ist. Hintergrund: Corona-Viren sind, wie auch die Grippeviren, sogenannte „behüllte Viren". Ihre Hüllen machen sie empfindlich und leicht angreifbar, deshalb genügen „begrenzt viruzide" Mittel aus, um sie abzutöten.

   Aber: Desinfektionsmittel greifen auch den Säureschutzmantel der Haut an. Zu häufiger Kontakt mit Desinfektionsmitteln macht ihn empfindlich. Er kann seine Schutzfunktion verlieren, mit dem Ergebnis, dass es Viren leichter haben, ihn zu überwinden und in den Körper einzudringen. Also nicht zu häufig desinfizieren!

4. **Abstand zu Mitmenschen halten!**
   Grundsätzlich eine zu allen Menschen ein Abstand von 0,5-1 m zu halten, also nicht direkt nebeneinandersitzen. Zeigen Leute im Umfeld Symptome wie Niesen oder Husten, halte lieber einen Mindestabstand von etwa 1-2 m. Die Deutsche Gesellschaft für Infektiologie (dgi) geht davon aus, dass man über einige Zeit Kontakt auf einer Entfernung unter einem Meter haben muss, um sich bei Infizierten anzustecken. Das Verweigern des üblichen Handschlags sollte mit einem freundlichen Verweis auf die besondere Situation nicht als unfreundlich gelten.

5. **In die Armbeuge husten und niesen!**
   Nicht jeder der hustet oder niest, ist Träger des Corona-Virus. Man hat als Kind gelernt, beim Niesen die Hand vor den Mund zu halten. Nett gemeint, aber leider gelangen dadurch die Viren auf die Handinnenflächen. Das dortige warm-feuchte Milieu bietet ihnen optimale Bedingungen zur Vermehrung. Durch Händeschütteln oder Türklinken gelangen sie auch bequem zum nächsten Opfer. Darum niest und hustet man besser in die Armbeuge und dreht dabei den Oberkörper von anderen Menschen weg. Andere Menschen mit Symptomen sind daraufhin zu weisen.

6. **Mundschutz nur tragen, wenn wirklich nötig!**
   Man kennt die Bilder von Menschen mit Mundschutz aus den Nachrichten. Ist das sinnvoll? Kommt drauf an. Für Menschen mit Erkältungs- und Grippesymptomen ist ein Mundschutz sinnvoll: Wenn sie unwillkürlich niesen müssen, schützt er die Umstehenden vor einer Tröpfcheninfektion. In Kliniken helfen Gesichtsmasken, um Patienten vor Keimen zu schützen, die Pflegekräfte übertragen könnten.
   Aber als Gesunder zum Schutz vor Ansteckung einen Mundschutz zu tragen, wird von der WHO nicht empfohlen. Denn zum einen haben diese sich in zahlreichen Studien als sinnlos erwiesen, da Nicht-Fachpersonal sie meist nicht sachgemäß anwendet und auch nicht häufig genug wechselt. Dadurch können sie womöglich sogar selbst zu einem Keimreservoir werden. Zum anderen wiegen Masken in falscher Sicherheit und lassen womöglich zentrale Hygienemaßnahmen wie das regelmäßige Händewaschen vergessen.

7. **Kontakte, Treffen und Meetings auf ein notwendiges Minimum reduzieren!**
   Die effektivste Art des Schutzes ist es jeglichen Kontakt zu anderen Menschen zu meiden. Das ist jedenfalls die letzte Eskalationsstufe, die durch staatliche Anordnung erfolgt. Im Rahmen unserer Maßnahmen gilt eine moderate Abwägung im Einzelfall.
   Oberste Regel bei jedem Meeting, Bürgerkontakt: Vermeiden Sie den Händekontakt, schenken Sie statt dessen (so wie sonst natürlich auch) ein Lächeln.

Übrigens: Auf der Straße „fliegen" nicht einfach so infektiöse Konzentrationen von Corona-Viren durch die Luft. Um sich welche einzufangen, muss man schon näher als einen Meter an einem niesenden Menschen stehen.

Diese Verhaltensregeln sollten auch alle außerhalb des Arbeitsplatzes beachten. Jeder bedenke: Wer sich selbst schützt, schützt auch sein Umfeld!

Wenn ein möglicher Corona-Patient in die Praxis geht, ist die Gefahr für eine Ansteckung aller sich in der Praxis befindlichen Personen enorm hoch.

Daher weist der Kreis Segeberg darauf hin, dass bei starkem Husten kein Arzt aufgesucht werden sollte. Bitte kontaktieren Sie Ihren Hausarzt via Telefon. Die Hausärzte sind angewiesen außerhalb der Praxis einen Abstrich beim Patienten zu organisieren, der eingeschickt und untersucht wird. Bevor das Ergebnis nicht vorliegt sollten wir alle im Interesse von uns selbst und unserer Mitmenschen zu Hause bleiben.

Bad Bramstedt, den 28.02.2020

gez. Verena Jeske

Bürgermeisterin