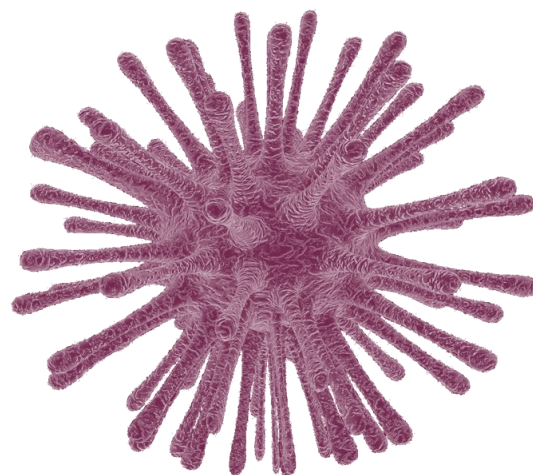


## Schutz vor Viren: Coronavirus 2019-nCoV

Seit dem 31.12.2019 gewinnt der Coronavirus 2019-nCoV zunehmend Präsenz in den Medien. Schon im Vorfeld der ersten bestätigten Infizierung eines Beschäftigten mit dem Coronavirus in Bayern, trafen Unternehmen Schutzmaßnahmen wie die Rückholung von Service-Technikern und Projektleitern aus den betroffenen Regionen in China. Das vorliegende Thema des Monats informiert über das Virus, aber vor allem über grundsätzliche Hygiene- und Schutzmaßnahmen vor Viruserkrankungen wie die saisonale Grippe.

### Kenntnisstand zum Coronavirus 2019-nCoV

In China breitet sich ein neuartiges Coronavirus aus. Die Millionenmetropole Wuhan in der Provinz Hubei, insbesondere ein dortiger Fisch- und Wildtiermarkt, ist Zentrum des Ausbruchs. Coronaviren (CoV) können beim Menschen Krankheiten verursachen, die von leichteren Erkältungskrankheiten bis hin zu schwereren Krankheiten wie MERS (Middle East Respiratory Syndrome) und SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) reichen. Das Coronavirus 2019-nCoV ist ein neues Virus, das bisher beim Menschen nicht nachgewiesen wurde.



Bildquelle: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com);  
Bearbeitet: ITC Graf GmbH

### Symptome und Verlauf der Infektion

Infektionen des Menschen mit Coronaviren verlaufen meist mild und asymptomatisch. Es können auch Atemwegserkrankungen mit Fieber, Husten, Atemnot und Atembeschwerden auftreten. In schwereren Fällen kann eine Infektion eine Lungenentzündung, ein schweres akutes respiratorisches Syndrom, ein Nierenversagen und sogar den Tod verursachen, meist bei Personen, deren Immunsystem geschwächt ist.

### Verhalten bei Verdachtsfällen

Nach aktuellen Erkenntnissen des Robert Koch Instituts wird davon ausgegangen, dass die Inkubationszeit bis zu 14 Tagen beträgt. Personen, die sich in einem Risikogebiet aufgehalten haben (z.B. in Wuhan, China) oder Personen, die Kontakt mit einer an 2019-nCoV erkrankten Person hatten, und innerhalb von 14 Tagen Symptome wie Fieber oder Atemwegsprobleme entwickeln, sollten ihre Ärztin oder Arzt aufsuchen. Wichtig ist vorher anzurufen.



**Kündigen Sie Ihren Praxis-/Krankenhaus-Besuch an und schildern Sie, dass Sie in der betroffenen Region waren oder Kontakt mit einer erkrankten Person hatten und entsprechende Symptome (z.B. Fieber) haben.**

### Hygiene- und Schutzmaßnahmen vor Infektionen

Aufenthalte in Regionen mit akuten Erkrankungsfällen sind möglichst zu vermeiden. Bei nicht vermeidbaren Aufenthalten in betroffenen Regionen, aber auch in Phasen erhöhter Virenerkrankungen wie bei der saisonalen Grippe sind folgende Maßnahmen besonders zu beachten:

#### 1. Beachten einer guten Handhygiene

Mehrmals täglich Hände waschen ist ein Schlüssel im persönlichen Schutz gegen Viren. Entsprechend der Tätigkeit, dem Kontakt mit Menschen und stark frequentierten Bereichen sollte die Häufigkeit steigen.



Bildquelle: ITC Graf GmbH

- **Gründliches Händewaschen mit Seife dauert 20 bis 30 Sekunden.**
- **Anschließend die Hände unter fließendem Wasser abspülen.**
- **Verwenden Sie in öffentlichen Toiletten zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder Ihren Ellenbogen.**
- **Trocknen Sie anschließend die Hände sorgfältig ab, auch in den Fingerzwischenräumen.**

Zur chemischen Desinfektion sind Mittel mit nachgewiesener Wirksamkeit, mit dem Wirkungsbereich „begrenzt viruzid“ (wirksam gegen behüllte Viren), „begrenzt viruzid PLUS“ oder „viruzid“ anzuwenden.

#### 2. Beachten der Husten-Etiquette

- Halten Sie beim Husten oder Niesen mindestens einen Meter Abstand von anderen Personen und drehen Sie sich weg.
- Niesen oder husten Sie am besten in ein Einwegtaschentuch. Verwenden Sie dies nur einmal und entsorgen es anschließend in einem Mülleimer mit Deckel. Wird ein Stofftaschentuch benutzt, sollte dies anschließend bei 60°C gewaschen werden.
- Und immer gilt: Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände waschen!
- Ist kein Taschentuch griffbereit, sollten Sie sich beim Husten und Niesen die Armbeuge vor Mund und Nase halten und sich dabei ebenfalls von anderen Personen abwenden.

#### 3. Abstand zu erkrankten Personen halten

Achten Sie bewusst auf den Abstand zu erkrankten Personen im Umfeld. Vermeiden Sie Händeschütteln oder Umarmungen zur Begrüßung oder zum Abschied. Diese Maßnahmen sind ein wirksamer persönlicher Virenschutz.

QR-Code: Alle Themen des Monats:

