



## Was ist das Corona-Virus?

Viele Menschen auf der ganzen Welt erkranken momentan an dem **Corona-Virus**. Mit genauem Namen heißt das Virus **SARS-CoV-2**. Es löst die Krankheit **Covid-19** aus: Covid ist eine Abkürzung für **Corona Virus Disease**, englisch für „Corona-Virus-Krankheit“, und die **19** steht für das Jahr in dem die Krankheit ausgebrochen ist, also **2019**. Für diese Krankheit gibt es noch kein Heilmittel, gegen das Virus noch keinen Impfstoff.

Die Weltgesundheitsorganisation spricht hier von einer Pandemie. Eine Pandemie bezeichnet eine länder- und kontinentübergreifende Ausbreitung einer Krankheit beim Menschen. Die Coronapandemie wird durch ein neuartiges Coronavirus verursacht, welches in der Lage ist, schwere Lungenerkrankungen hervorzurufen und sich sehr schnell von Mensch zu Mensch zu verbreiten. Da dieser neue Erreger zuvor nicht oder sehr lange nicht in der menschlichen Bevölkerung vorgekommen ist, ist das Immunsystem nicht vorbereitet und daher auch nicht geschützt.

Wer sich mit dem Corona-Virus ansteckt, kann zuerst Geschmacksverlust, Halskratzen oder hin und wieder auch Schnupfen, dann trockenen Husten und Fieber bekommen, selten haben Erkrankte auch Durchfall. Manche Menschen leiden aber auch unter Atemproblemen oder bekommen eine Lungenentzündung.

**Das neue Coronavirus 2019-nCoV**  
Das neue Coronavirus breitet sich seit Dezember 2019 aus. Es infiziert die unteren Atemwege und kann eine schwere Lungenerkrankung verursachen.

Coronavirus	Ansteckung	Krankheitsverlauf
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tröpfcheninfektion durch hustende Infizierte</li> <li>• wurde vermutlich von Tieren auf den Menschen übertragen</li> <li>• Inkubationszeit: 2 bis 14 Tage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• grippeähnliche Symptome (Fieber, Unwohlsein)</li> <li>• Husten, bis hin zu Atemnot und Lungenentzündung</li> <li>• Besonders gefährdet: Ältere mit Vorerkrankungen</li> </ul>

(Grafik: Tsp/dpa - <https://www.tagesspiegel.de/wissen/coronavirus-was-ist-das-eigentlich-von-harmlosem-schnupfen-bis-zu-toedlicher-lungenentzuendung/25471454.html>)

## Wie gefährlich ist das Corona-Virus?

Bei den meisten Betroffenen verläuft die Krankheit Covid-19 milde, laut dem Robert-Koch-Institut ungefähr so wie eine normale Erkältung. Für Menschen, die sowieso schon vorerkrankt oder geschwächt sind, kann das Virus aber besonders gefährlich sein – besonders diese Menschen können daran sehr schwer erkranken oder sterben, aber auch Jüngere mussten schon beatmet werden.

## Wie stecken sich Personen an?

Coronaviren sind winzig klein, hunderte Millionen von ihnen passen auf einen Stecknadelkopf. Für uns sind sie also quasi unsichtbar. Hustet, niest oder spricht eine infizierte Person, verteilt sie die Viren in der Luft – und wer danebensteht und sie einatmet kann sich anstecken.

Die Viren können aber auch über die Hände weitergegeben werden: Putzt sich ein Coronaträger etwa die Nase und greift danach an einen Türgriff, bleiben dort unter Umständen Viren kleben. Macht nun ein anderer die Türe auf, hat er die Krankheitserreger an der Hand. Jetzt muss er sich nur noch unbedacht die Augen reiben oder etwas mit den Fingern essen – und schon ist er unter Umständen angesteckt. Bis die Krankheit letztendlich ausbricht, kann es bis zu zwei Wochen dauern.

## 8 Ratschläge für das Verhalten in der COVID-19 Pandemie

		Halten Sie mindestens 1,5 m Abstand zu anderen Menschen.			Schütteln Sie keine Hände – winken Sie lieber.
		Wenn Sie niesen müssen, verwenden Sie ein Einmal-Taschentuch, oder niesen Sie in Ihren Ärmel.			Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und lang genug mit Wasser und Seife.
		Vermeiden Sie Zusammenkünfte mit anderen Menschen.			Machen Sie keine »Hamster-Käufe«. Bieten Sie Hilfsbedürftigen Ihre Unterstützung an.
		Wenn Sie Erkältungssymptome bekommen, gehen Sie nicht direkt in eine Arztpraxis, sondern rufen Sie dort an.			Wenn Sie zu Hause auf engem Raum sind, versuchen Sie, Ruhe und Frieden zu bewahren.

([https://de.wikipedia.org/wiki/COVID-19#/media/Datei:13\\_Hegasy\\_COVID-19\\_Pandemie\\_Verhalten.png](https://de.wikipedia.org/wiki/COVID-19#/media/Datei:13_Hegasy_COVID-19_Pandemie_Verhalten.png))

## Wie können wir uns alle vor dem Virus schützen?



### Hände waschen!

- Besonders wichtig ist es, sich regelmäßig und ausführlich die Hände mit Seife zu waschen (in jeder Pause, vor und nach den Mahlzeiten, nach dem Kontakt mit fremden Gegenständen...)
- Achtet darauf, dass ihr nicht nur die Handflächen, sondern auch eure Finger, Fingerkuppen, Fingernägel und auch die Haut zwischen euren Fingern richtig einseift und abwascht.



### Hände desinfizieren!

- Gebe nach dem Händewaschen und Abtrocknen Desinfektionsmittel auf deine trockenen Hände und verteile es überall, besonders auf deinen Fingerkuppen, Nagelbetten und den Zwischenräumen deiner Finger.
- Lasse das Mittel mindestens 30 Sekunden einwirken, indem du weiterreibst. So lange müssen die Hände auch feucht vom Desinfektionsmittel sein.



### Nicht ins Gesicht fassen!

- Fasse dir mit ungewaschenen Händen nicht an den Mund, die Augen oder die Nase, denn über die Schleimhäute nehmen wir Viren und Bakterien auf und können uns anstecken.
- Fasse dir nach dem Abziehen des Mund-/Nasenschutzes nicht ins Gesicht.



### Einmaltaschentücher verwenden!

- Benutze zum Nasenputzen oder um etwas abzutupfen Einmaltaschentücher und wirf sie danach weg.



### Nies- und Hustenetikette beachten!

- Drehe dich beim Husten oder Niesen weg von anderen Menschen.
- Huste oder niese nicht in die Hand, sondern in die Armbeuge.



### Handy-/Telefonhygiene beachten!

- Reinige und desinfiziere regelmäßig dein Handy oder das Telefon.



### Kein Händeschütteln/keine Umarmungen!

- Vermeide Berührungen (z.B. Händeschütteln oder Umarmungen) – wenn du andere Menschen begrüßt oder verabschiedest. Innerhalb deiner Familie darfst du natürlich Körperkontakt haben.



### Körperkontakt vermeiden und Sicherheitsabstand wahren!

- Meide größere Menschenansammlungen.
- Verzichte auf engen Körperkontakt.
- Achte stets auf einen Mindestabstand von ca. 1,50 Metern.

Grafiken: Michi Läßle

## Richtiges Händewaschen in fünf Schritten

Um Krankheitserregern keine Chance zu geben, wasche deine Hände gründlich.



Hände unter fließendem Wasser gut nass machen!



Die Hände von allen Seiten rundum gut einschäumen!



Gründliches Einseifen dauert ca. 25-30 Sekunden!



Die Hände unter fließendem Wasser gründlich abspülen!



Die Hände danach sorgfältig abtrocknen (unterwegs nur mit Einmalhandtüchern)!

Grafiken: Michi Läßple



## Coronavirus-Lexikon

Hier haben wir noch ein paar Begriffe rund um das Thema Coronavirus zusammengestellt und erklärt.

### Antikörper

Bei Antikörpern handelt es sich um Proteine, welche das gesunde Immunsystem bildet und die zur Gruppe der Immunglobuline gehören. Antikörper haben die Fähigkeit, ganz spezifisch auf bestimmte Fremdstoffen zu reagieren und den Körper und Organismus zu schützen.

### Behelfs-Mund-Nasen-Schutz

Schutzmasken, Atemschutzmasken, Mundschutz, Mund-/Nasenschutz... gibt es entweder als zertifizierte Medizinprodukte oder als Behelfsmasken. Das Tragen von Schutzmasken ist nur dann sinnvoll, wenn die Benutzung richtig gehandhabt wird.

### Coronaviren

Der Name Corona kommt aus dem lateinischen und bedeutet „Kranz oder Krone“. Sie heißen Corona(viren), weil sie der Corona, einem Strahlenkranz rund um die Sonne, ähneln. Es gibt viele verschiedene Arten von Viren, die alle ganz unterschiedlich aussehen. Es gibt sogar viele verschiedene Arten von Coronaviren. Fachleute nennen das Virus SARS Cov 2. Dies ist die englische Abkürzung und bedeutet in Deutsch „Schweres akutes Atemwegssyndrom Coronavirus 2“. Es kann die Lungenkrankheit Covid 19 auslösen, die besonders für alte, geschwächte und vorerkrankte Menschen gefährlich sein kann.

### Covid-19

Dies ist die offizielle Bezeichnung der Erkrankung durch das neuartige Coronavirus - Sars-CoV-2. Hierbei handelt es sich um die Abkürzung des englischen Begriffs „Corona Virus Disease 2019“.

### Epidemie

Schnelles Auftreten und Ausweiten einer Erkrankung in einer bestimmten Region oder Gruppe in einer für diesen Ort und diesen Zeitraum unerwartet hohen Anzahl.

### Infizierte Personen

Mit dem Covid19 angesteckte Menschen.

Achtung: Wer mit dem SARS-Virus infiziert ist, ist nicht automatisch an COVID-19 erkrankt.

### Infektion

Sobald das SARS-CoV-2 in den menschlichen Organismus eingedrungen ist, spricht man von einer Infektion oder Ansteckung. Ab diesem Zeitpunkt vermehrt sich das Virus im Körper.

### Inkubationszeit

Zeitraum vom Tag der Ansteckung bis zu dem Tag, an dem sich erste Symptome zeigen. Laut dem Robert-Koch-Institut liegt die Inkubationszeit bei Corona bei bis zu 14 Tagen.

### Lockdown

Als Lockdown bezeichnet man im Kampf gegen Epidemien oder Pandemien staatlich verordnete Einschränkungen des öffentlichen Lebens und der Freiheitsrechte, wie Versammlungsverbote oder auch Ausgangssperren.

### Pandemie

Pandemie bedeutet, dass sich eine Epidemie in einem kurzen Zeitraum über mehrere Länder und Kontinente sehr schnell ausbreitet.

## Quarantäne

Quarantäne bedeutet, dass sich betroffene Menschen an einem Ort aufhalten müssen, bei dem sie keinen körperlichen Kontakt mit anderen Menschen haben. Diese Maßnahme dient zur Verhütung und Vorbeugung der Verbreitung von epidemischen oder sogar pandemischen Infektionskrankheiten.

## Risikogruppe

„Risikogruppe“ hört sich schon etwas gefährlich an... Wer aber trägt während der Corona-Pandemie ein besonderes Risiko? Im Prinzip sind alle Menschen betroffen – ungeachtet ihres Alters! Denn: Alle Menschen können sich anstecken. Wie groß das individuelle Risiko eines schweren Verlaufs ist, hängt allerdings von verschiedenen Faktoren ab. Zum einen davon, ob die Person an einer Vorerkrankung leidet, welche die körperliche Abwehr gegen Erreger schwächt oder sogar hemmt. Dazu gehören unter anderem die Zuckerkrankheiten, verschiedene Herz-Kreislaufkrankungen, aber auch eingeschränkte Lungenfunktion wie z.B. bei COPD, Asthma Bronchiale oder Raucherlungen.

## SARS

SARS ist die Abkürzung für „schweres akutes respiratorisches Syndrom“ (engl: severe acute respiratory syndrome) bzw. „schweres akutes Atemwegssyndrom“. Es handelt sich hierbei um eine hochansteckende Infektionserkrankung der Lunge, die erstmals Ende 2002 beim Menschen auftrat und tödlich verlaufen kann.

## Sars-CoV-2

Dies steht für „Severe acute respiratory syndrome-related Coronavirus 2“ und ist die offizielle Bezeichnung für das im Dezember 2019 in der chinesischen Stadt Wuhan erstmals nachgewiesene, neuartige Coronavirus, das die Lungenkrankheit Covid-19 auslöst.

## Schmierinfektion

Eine Schmierinfektion wird auch als Kontaktinfektion bezeichnet. Krankheitserreger breiten sich dabei über eine Kette von Berührungen aus und werden somit weitergegeben. Zu Ansteckungen kann es kommen, wenn die Erreger (z.B. über Geldstücke, Türgriffe oder andere Gegenstände) über die Hände auf die Schleimhäute des Körpers gelangen.

## Shutdown

"Shutdown" heißt übersetzt "stilllegen" oder "abschalten". Bei dieser „Stilllegung“ wird das öffentliche Leben eingeschränkt, um z.B. eine Pandemie einzudämmen und ihre Ausbreitung zu verhindern. Schulen, Kindergärten, Geschäfte und Restaurants werden geschlossen und Produktionen gestoppt. Bei einem kompletten Shutdown würden aber auch die Banken, Verwaltungen und manche anderen Bereiche nicht mehr arbeiten, Polizisten, die Müllabfuhr oder medizinisches Personal ihren Dienst nicht mehr verrichten können.

## Social Distancing

Gemeint ist hier die soziale Distanzierung oder auch physische Distanzierung. Dies ist eine Kontrollmaßnahme, die verwendet wird, um die Ausbreitung einer ansteckenden Krankheit zu stoppen oder zu verlangsamen. Es bedeutet im Grunde genommen, den Kontakt zu anderen Menschen zu reduzieren oder ganz einzudämmen.

## Systemrelevanz

Berufe, Branchen, Behörden und Institutionen, die für die Gesellschaft und deren Überleben unabdingbar sind, sei es der Lebensmittelhandel, der Rettungsdienst, die Feuerwehr, medizinisches Personal, staatliche Verwaltung, die Medien oder... In Deutschland führen Bund und Länder teils abweichende Listen.

## Tröpfchenübertragung

Erreger und Keime werden etwa beim Niesen, Husten oder Sprechen durch sehr kleine Speichel-Tröpfchen ausgesondert und ungewollt von einem anderen Menschen aufgenommen.

## Verdopplungszahl

Dieser Wert beschreibt, wie schnell sich die Anzahl der Neuinfektionen verdoppelt beziehungsweise ob sich grundsätzlich die Ausbreitung des Virus beschleunigt oder verlangsamt. Der Wert ist allerdings problematisch, da es zu viele Dunkelziffern oder Störfaktoren in der Rechnung gibt.