

Hinweise zu CoViD-19 (Coronavirus-Erkrankung)

Coronaviren gehören zur den RNS-Viren und können verschiedene Wirte besiedeln. Wie alle Viren muss das Coronavirus zur Vermehrung in Zellen eindringen und die Zellorganellen zu seiner Vermehrung benutzen. Hat die Zelle Virusbestandteile produziert, werden diese in der Zelle zu fertigen Viren zusammengesetzt und die Zelle platzt und setzt neue vermehrungsfähige Viren frei, die weitere Zellen infizieren.

Bei der nun aufgetretenen Variante des so genannten Neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) ist noch nicht viel bekannt. Folgendes scheint gesichert:

Coronaviren lösen Atemwegsinfekte aus, die bis zu einer Lungenentzündung führen können. Für Menschen ansteckend sind SARS-CoV[-1], SARS-CoV-2 und MERS-CoV noch HCoV-HKU1, HCoV-NL63, HCoV-OC43 und HCoV-229E; die letzten vier verursachen allerdings nur vergleichsweise geringfügige Symptome. Die neue Krankheit wird Covid-19 genannt, der Erreger ist SARS-COV-2. Grundsätzlich besteht bei viralen Lungeninfekten immer die Gefahr einer zusätzlichen bakteriellen Infektion, die die Krankheit verschlimmert und das Sterberisiko erhöht. Das gilt auch und besonders für die Grippe (Influenza).

Symptome Corona-Infektion (SARS-COV-2)

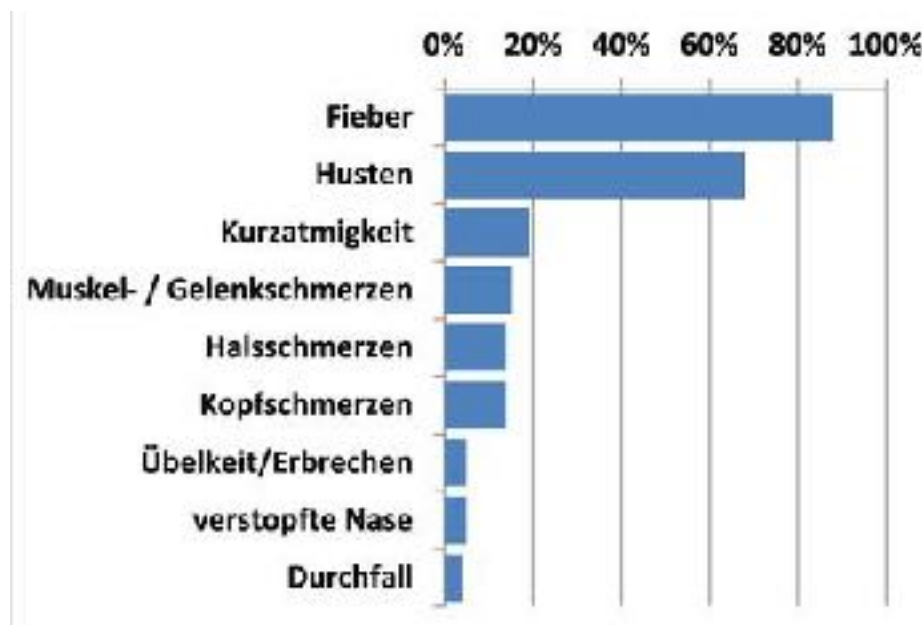


Abbildung 1: Auftreten der häufigsten Symptomen bei COVID-19-Fällen in China (n = 55.924 laborbestätigte Fälle; Stand 20.02.2020) (Quelle RKI)

Die Infektion mit SARS-COV-2 erfolgt sicher aerogen, also durch die Luft. Dabei sind die Viren an kleine Wassertröpfchen gebunden und fliegen nicht einzeln durch die Luft. Die Reichweite von Husten oder Niesen, bei denen das Virus in die Umwelt abgegeben wird, kann

theoretisch mehrere Meter betragen - allerdings wird heute ein Sicherheitsabstand von 1-1,50m als ausreichend angesehen, um sich zu schützen. Man geht davon aus, dass auch Schmierinfektionen möglich sind. Die Infektion eines Neugeborenen im Mutterleib konnte bei bislang 9(!) untersuchten Fällen in China nicht nachgewiesen werden.

Die Inkubationszeit wird derzeit mit 7-14 Tagen angenommen – daher erfolgen Quarantänemaßnahmen für 14 Tage schon bei Kontakt mit Infizierten.

Es scheint so zu sein, dass die Infizierten das Virus bereits ausscheiden (Atemluft!- ggf. auch Körperflüssigkeiten, Stuhl) BEVOR sie symptomatisch sind und ein Krankheitsgefühl entwickeln.

Das bedeutet, ein Infizierter kann ansteckend sein, bevor er selbst weiß, dass er infiziert und damit gefährlich für Dritte ist.

Es gibt keine ursächliche Behandlung, Kranke werden isoliert und symptomatisch behandelt, wobei gegen Sekundärinfekte durchaus Antibiotika zum Einsatz kommen können.

Es gibt viele milde Verläufe, bei denen leichte Atemwegssymptome auftreten und wenig schwere tödliche Verläufe. Wer die Krankheit überstanden hat, dürfte anschließend immun gegen eine Neuinfektion sein. Außerdem geht man heute davon aus, dass Genesene das Virus nicht mehr weitergeben können.

Schwere Verläufe gibt es bei Menschen mit geschwächtem Immunsystem oder Vorerkrankungen. Das mittlere (mediane) Alter unter den chinesischen Erkrankten liegt bei 51 Jahren und rund 78 % der Fälle sind zwischen 30 und 69 Jahren alt. Die unter 20-Jährigen sind mit 2,4 % kaum betroffen. Das Infektionsrisiko ist in China für Männer und Frauen etwa gleich groß. (Quelle RKI)

Wie schon der Landrat von Heinsberg, Stephan Pusch, richtig bemerkte, hätten die beiden ersten Verstorbenen („Coronatoten“) in Deutschland (Mann 78 Jahre, Frau 89 Jahre, beide schwer vorerkrankt) jederzeit auch ohne das Coronavirus sterben können. Das gilt für viele der Verstorbenen.

Corona als Todesursache anzugeben ist aus medizinischer Sicht nicht ganz korrekt. Es handelt sich um schwer erkrankte Menschen, die als Komplikation ihrer Grunderkrankungen nun an einer Virusinfektion durch SARS-COV-2 gestorben sind. Es hätte auch eine „normale“ Grippe oder eine bakterieller Infekt sein können, der zum gleichen Ergebnis geführt hätte.

Test und Nachweis

Wichtig ist auch zu wissen, dass wir momentan nur die Existenz des Virus auf Schleimhäuten der Menschen nachweisen können. Das sagt nichts darüber aus, ob der Betroffene wirklich krank ist oder krank wird und wenn ja, wie schwer. Auch haben wir keinen Test, der zeigt, ob jemand die Erkrankung durchgemacht hat und bereits wieder gesund und immun ist.

Die hohe Zahl an Toten in Italien beruht auf der Tatsache, dass bei allen Verstorbenen ein Abstrich auf Corona gemacht wird. Ist das Ergebnis positiv, wird der Verstorbene als Corona-Toter gewertet – obwohl der alleinige Nachweis das wissenschaftlich NICHT belegt.

Lage:

Die von offizieller Seite eingeleiteten Maßnahmen zur Eindämmung der Erkrankung zielen nicht mehr darauf, die Krankheit vollständig zu eliminieren, sondern ihre Ausbreitung zu verlangsamen. Begründet wird dieser Schritt damit, dass man erreichen möchte, dass die Risikopatienten nacheinander krank werden und man so die bestehenden Kapazitäten im Gesundheitssystem nicht an ihre Grenzen bringt.

Angesichts der Unmöglichkeit ALLE Atemwegsinfekte auf CoVID19 zu testen und der Tatsache, dass Menschen, die klinisch gesund sind, bereits andere infizieren können, laufen die getroffenen Maßnahmen weitgehend ins Leere. Viele harmlos Erkrankte werden gar nicht erfasst. Ich habe am letzten Wochenende auf einem Ärztekongress mit vielen Kollegen gesprochen, die eine Dunkelziffer von mindestens Faktor 10 für hochwahrscheinlich halten. Das bedeutet, dass man die gemeldeten Zahlen mit 10 multiplizieren muss, um die tatsächliche Anzahl an Infekten abschätzen zu können.

Die nun gemeldeten dramatischen Zunahmen sind der normalen Mathematik einer Epidemie geschuldet. Je mehr bereits infiziert werden, umso mehr werden andere angesteckt und die Zunahme verläuft exponentiell. Man geht davon aus, dass derzeit ein Infizierter 2 bis 3 andere ansteckt. Die politisch verfügbaren Einschränkungen der Freiheitsrechte werden daran wenig ändern. Aus meiner Sicht wäre es auch in Hinblick auf die wirtschaftliche Lage der Firmen und Menschen besser, die Kranken und Alten konsequent zu schützen und die Jungen und Fitteren die Krankheit durchmachen zu lassen. Das würde die Durchseuchung schnell erhöhen und die Dauer der Problemlage deutlich verkürzen. Am Ende muss man davon ausgehen, dass mindestens 60-70% der Bevölkerung infiziert werden und zu allermeist ohne große Probleme durchkommen werden. In wie weit die auf politischer Ebene weltweit getroffenen Maßnahmen angesichts einer vergleichsweise harmlosen Erkrankung und angesichts des entstehenden Schadens für die Wirtschaft und die Altersvorsorgen der Menschen als angemessen zu betrachten sind, muss jeder für sich entscheiden. Für mich sind die Weltwirtschaftskrise und gesellschaftliche Situation politisch ausgelöst und für die tatsächliche bestehende Gefährdung großer Teile der Bevölkerung überzogen. Auch bei der Schweinegrippe 2009 wurde massiv reagiert und am Ende sind allein in Deutschland für 300 000 000€ Impfstoffe entsorgt worden und die prognostizierten Krankenzahlen und Todesfälle wurden nie erreicht.

Für die meisten Menschen ist Corona wie eine leichte Erkältung, wegen der man nicht einmal zum Arzt geht. Das ist auch für trainierte Sportler so zu erwarten.

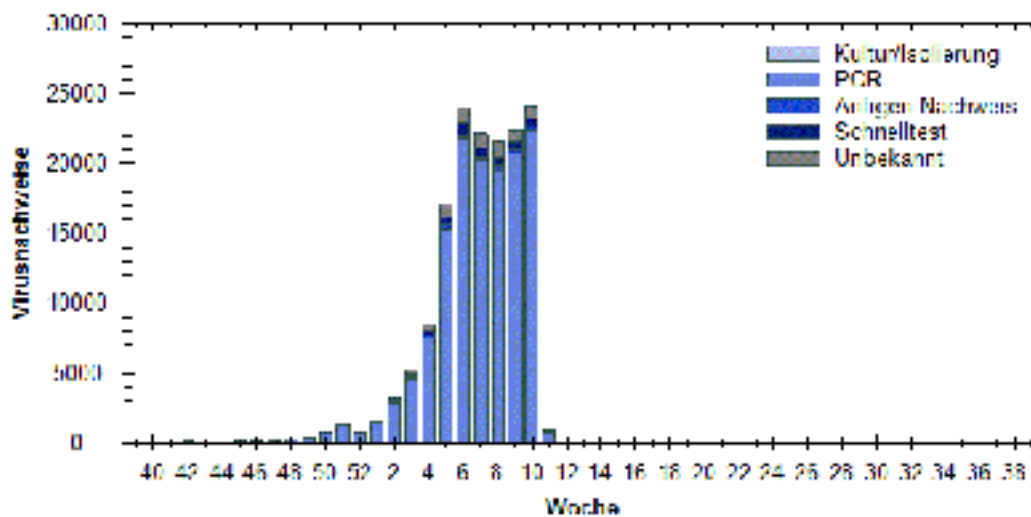
Bei der SARS-Epidemie 2002/2003 (anderes Corona-Virus) hat sich die Krankheit während des Sommers der Nordhalbkugel ausgelassen. Das wird, zumindest momentan, von

Virologen für das aktuelle Virus so nicht gesehen, sie glauben, dass die höheren Temperaturen nicht zu einem starken Abfall der Infektionszahlen führen werden.

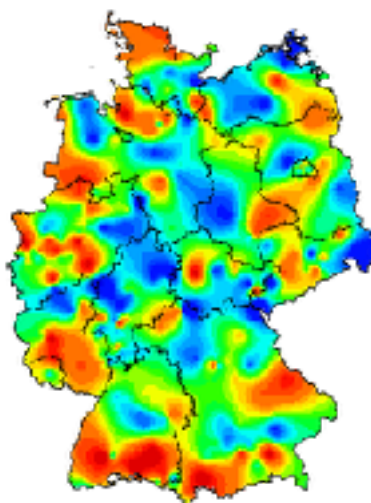
Um klar zu machen, dass die saisonale Influenza das größere Problem ist und um damit auch klar zu machen, dass es eine „Corona-Angst“, wie sie in den Medien geschürt wird, nicht geben muss, habe ich die folgenden Zahlen zu Corona und Influenza zusammengestellt.

Ich habe einen Artikel im Deutschen Ärzteblatt gefunden, in dem der Autor klar stellt, dass die immer kolportierten 20000-25000 Tote pro Jahr durch Grippe geschätzt sind und die realen Zahlen anders lauten. „Laborbestätigte Todesfälle“ durch Influenza in den Jahren 2010 bis 2013: 26 bis 198 pro Saison.

<https://www.aerzteblatt.de/archiv/170864/Influenza-Woher-kommt-die-Zahl-der-Todesfaelle>



Außerdem habe ich einmal die aktuellen Influenzafälle (auch nur die gemeldeten- also ohne Dunkelziffer) angegeben. Bestätigt sind derzeit (15.3.) in Deutschland gut 145000 Grippefälle. Es wird klar, dass die Hauptgefahr nicht durch das neue Coronavirus gebildet wird.



Aktuelle Verteilung der
Influenzagrippe in Deutschland in
der 10. KW 2020
rot = stark erhöht ,
blau = normal

<https://influenza.rki.de/Diagrams.aspx?agiRegion=0>

Coronafälle aktuell:

Bundesland	Zahl bestätigter Fälle (darunter Todesfälle)	davon elektronisch übermittelt (darunter Todesfälle)	Besonders betroffene Gebiete in Deutschland
Baden-Württemberg	827 (3)	524 (2)	
Bayern	886 (4)	804 (1)	
Berlin	265	265	
Brandenburg	84	56	
Bremen	53	53	
Hamburg	162	162	
Hessen	286	207	
Mecklenburg-Vorpommern	50	33	
Niedersachsen	287	238	
Nordrhein-Westfalen	1.407 (5)	1.407 (5)	Landkreis Heinsberg
Rheinland-Pfalz	168	168	
Saarland	32	32	
Sachsen	130	91	
Sachsen-Anhalt	47	40	
Schleswig-Holstein	103	79	
Thüringen	51	36	
Gesamt	4.838 (12)	4.195 (8)	

Es gibt aus meiner ärztlichen Sicht derzeit keinen Grund panisch zu werden oder wegen Corona-Viren Angst zu haben. Die Dunkelziffer wird ca. 48000 betragen (Stand 15.3.), eine Ausbreitung wird erfolgen.

Folgende Maßnahmen können empfohlen werden:

- 1) Nicht in Panik verfallen, die meisten Atemwegserkrankungen sind kein Coronavirus.

- 2) Es gibt keinen 100%igen Schutz – deswegen hilft nur, das Infektionsrisiko zu reduzieren:
Jemand der Husten/Schnupfen hat, sollte eine Atemmaske tragen, damit seine Atemluft/Hustentröpfchen etc. nicht so weit durch die Luft fliegen. Bitte auch Ihrem Umfeld dieses nahelegen.
- 3) Das Tragen von Schutzmasken durch Gesunde schützt quasi nicht, weil die Masken nach ca. 10 Min durchfeuchtet sind und dann kaum Schutz vor Viren bieten.
- 4) Händedesinfektion hilft, Erreger – nicht nur das Coronavirus- zu reduzieren und die Ansteckungswahrscheinlichkeiten zu senken, Händewaschen mit Seife auch.
- 5) Husten bzw. niesen Sie in die Ellenbeugen, nicht in die Hände, mit denen Sie dann Türklinken und Handgriffe, Bedienknöpfe in Aufzügen etc. berühren.
- 6) Wenn Sie zum gefährdeten Personenkreis gehören (chronische Erkrankungen, Behandlung mit Immunsuppressiva, geschwächtes Immunsystem) meiden Sie, wenn möglich, große Menschenansammlungen und vor allem öffentliche Verkehrsmittel.
- 7) In der Zukunft wird es nicht mehr möglich sein, die Infektionsketten zu verfolgen – ein Erkennen eines potentiellen Überträgers anhand seine Herkunft oder Reisetätigkeit dürfte nicht mehr gelingen. Daher werden Sie sich nicht dadurch schützen können, bestimmte Personen oder Gegenden zu meiden.
- 8) Pflegen Sie einen gesundheitsförderlichen Lebensstil – raus an die frische Luft, sportliche Betätigung stärkt die Abwehrkräfte. Essen Sie frisches Obst/Gemüse und sorgen Sie, ggf. durch Einnahme geeigneter Präparate, für einen ausreichend hohen Vitamin D-Spiegel. Schlafen Sie ausreichend und reduzieren Sie Stress, sofern möglich.
- 9) Sorgen Sie in Ihrem Schlafzimmer für eine ausreichende Befeuchtung der Schleimhäute – z.B. 1-2 feuchte Handtücher aufhängen und diese über Nacht trocknen lassen.

Informieren Sie sich über die Wege, wie Sie bei einem Coronaverdacht reagieren sollten. Bitte rennen Sie NICHT in Arztpraxen oder Krankenhäuser, rufen Sie an. Wenn SIE positiv sind, könnte es die Schließung der Praxis zur Folge haben und damit schaden Sie allen - dem Inhaber und den anderen Patienten, die dann nicht mehr versorgt werden können. CORONA-Hotline: Tel: 116 117

Bewährte Medikamente gegen die meisten Virusinfekte sind z.B. Engystol® (6 x 1 Tablutschen), Schleimhautkomplex L HoFu® (4 x tgl. 10 Tropfen in Wasser). Rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Grundsätzlich werden fast alle Virusinfekte symptomatisch behandelt, also mit Schleimlösern, Nasenspray, Fiebersenkern, den üblichen Erkältungsmitteln eben. Nur schwere Fälle, vor allem mit Hinweisen auf Atemnot, müssen in ärztliche Behandlung.