

Was soll ich machen, ...

... wenn ich denke, dass ich Corona habe?

Ein Kratzen im Hals oder Husten muss noch kein Anzeichen für eine Infektion mit dem Coronavirus sein. Wenn Sie sich aber krank fühlen, sollten Sie sich testen. Wenn Ihr Testergebnis negativ ist, sollten Sie den Test täglich wiederholen, denn ein Schnelltest liefert oft nur ein positives Ergebnis, wenn Sie sehr viele Coronaviren im Körper haben. Setzen Sie sich telefonisch mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt in Verbindung. Gemeinsam können Sie weitere Schritte abklären.

... wenn mein Test positiv ist?

Bleiben Sie möglichst zuhause und halten Sie sich an die AHA+L – Formel:

Abstand: Reduzieren Sie Kontakte und halten Sie Abstand, weil die Gefahr besteht, dass Sie andere Personen anstecken.

Hygiene: Waschen oder desinfizieren Sie sich insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände.

Alltag mit Maske: Tragen Sie bei unvermeidlichen Kontakten einen Mund-Nasen-Schutz

Lüften: Lüften Sie stets gründlich die Innenräume.

Wenn es Ihnen zunehmend schlechter geht, lassen Sie sich telefonisch ärztlich beraten – in Ihrer Hausarztpraxis oder unter der Telefonnummer 116 117 (Ärztlicher Bereitschaftsdienst). Rufen Sie im Notfall (etwa bei akuter Atemnot) die 112 an.

Aber auch, wenn Ihre Symptome mild erscheinen, sollten Sie diese ernst nehmen. Der Verlauf einer Corona-Erkrankung ist nicht vorhersehbar.

Insbesondere wenn Sie zur Risikogruppe gehören, zögern Sie nicht, sich an Ihre Hausarztpraxis zu wenden und nach Behandlungsmöglichkeiten zu fragen. Es gibt Medikamente, die den Verlauf der Erkrankung positiv beeinflussen können. Teilweise können diese zu Hause eingenommen werden. Wichtig ist, die Mittel richtig anzuwenden. Wenn die ersten Symptome auftreten, sollte die Behandlung so schnell wie möglich beginnen. Daher ist es ratsam, sich schon vor einer Infektion durch die Hausarztpraxis beraten zu lassen.

... wenn geplante Vorsorge- und Routineuntersuchungen bzw. -behandlungen anstehen

Wichtige Vorsorge- und Routineuntersuchungen bzw. -behandlungen bei chronisch kranken Menschen und Risikopatient:innen sollten nach Möglichkeit stattfinden – auch mit einer Corona-Infektion – z. B. über eine Videosprechstunde. Informieren Sie sich in Ihrer Arztpraxis, wie Ihre Versorgung sichergestellt werden kann.

Welche Komplikationen kann es geben?

Prinzipiell kann eine Infektion bei allen Menschen zu einer Sepsis führen. Sepsis ist eine lebensbedrohliche Erkrankung, die allgemein als Blutvergiftung bekannt ist.

Wenn bei Ihnen ein extremes Krankheitsgefühl auftritt, zögern Sie nicht den Notruf 112 zu wählen und zu fragen, ob es eine Sepsis sein könnte.

Weitere Materialien des Aktionsbündnis Patientensicherheit

- Infektionen vermeiden
- Sicher im Krankenhaus
- Sicher in der Arztpraxis
- Sepsis geht alle an! Was Sie darüber wissen sollten

und viele andere.

Kostenlos auf: www.aps-ev.de/patienteninformation

Quellenverzeichnis

www.infektionsschutz.de; www.stiftung-gesundheitswissen.de; www.patienten-information.de; www.zusammengegencorona.de
11.2022

Maßnahmen zur Patientensicherheit bei einer Corona-Infektion

Empfehlungen – insbesondere für Risikopatient:innen

Viele Menschen sind sich immer noch unsicher, wenn es um das Thema Corona geht. Vor allem Risikopatient:innen sorgen sich vor einer möglichen Ansteckung und fragen sich: Was mache ich, wenn mein Test positiv ist? Kann ich mich vor einem schweren Verlauf schützen? Wie kann ich meine Vorsorgetermine wahrnehmen?

Das Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V. (APS) möchte dabei unterstützen, Antworten auf diese Fragen zu finden.

Sie sollten diese Information insbesondere dann sorgfältig lesen, wenn Sie zur Risikogruppe gehören.



Was ist COVID-19?

COVID-19 ist eine Infektionskrankheit, die durch Viren verursacht wird und sehr unterschiedlich verlaufen kann. Die Viren, die diese Erkrankung auslösen, heißen SARS-CoV-2 und gehören zur Gruppe der Coronaviren. Sie befallen vor allem die Atemwege, können sich aber auch auf andere Organe ausbreiten.

Wie kann man sich anstecken?

Beim Niesen und Husten, aber auch beim normalen Atmen und Sprechen, werden Viren mit winzigen Tröpfchen ausgestoßen. Wenn sie sehr klein sind, verbleiben sie über gewisse Zeiträume in der Luft. Wenn sie dann von einem anderen Menschen eingeatmet werden, gelangen die Viren in den Körper und können sich dort vermehren. Die Ansteckung erfolgt vor allem in geschlossenen, schlecht belüfteten Räumen und bei geringem Abstand zu bereits erkrankten Menschen.

Wer kann sich mit Corona infizieren?

Alle Menschen können sich mit Coronaviren anstecken. Der Verlauf ist aber nicht bei allen Menschen gleich: Manche bemerken ihre Infektion nicht; andere dagegen werden sehr krank und haben Komplikationen, die zu schwerwiegenden und sogar lebensbedrohlichen Problemen führen.

Wer ist besonders gefährdet, schwer zu erkranken?

Unterschiedliche Faktoren können die Wahrscheinlichkeit eines schweren COVID-19-Verlaufs erhöhen. Dadurch ergibt sich ein größeres Risiko für bestimmte Gruppen, die man deswegen als „Risikogruppen“ oder „vulnerable Gruppen“ bezeichnet.

Zu diesen Faktoren zählen:

Alter Ü60 – je älter, desto höher das Risiko

Krebserkrankungen

Chronische Erkrankungen der inneren Organe

Herzkrankheiten

Demenz oder andere neurologische Erkrankungen

HIV-Infektion

Geschwächtes Immunsystem

Diabetes

Übergewicht und Adipositas – mit einem Body-Mass-Index (BMI) >25

Schwere psychische Vorerkrankungen

Organtransplantation

Rauchen

Treffen bei Ihnen ein oder mehrere Punkte zu? Wenn dies der Fall ist, ist es besonders wichtig, dass Sie sich vorbereiten und wissen, was bei einer Ansteckung zu tun ist.

Wie erkenne ich, ob ich mich angesteckt habe?

Infektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 zeigen sich auf unterschiedliche Weise, z.B. durch

Husten

Schnupfen oder verstopfte Nase

Kopfschmerzen

Kratzen im Hals

Fieber

Müdigkeit oder Abgeschlagenheit

Kein Geruchs- oder Geschmackssinn

Übelkeit, Brechreiz oder Durchfall

Muskel- oder Gliederschmerzen

Atemnot oder Atmungsprobleme

Bei Risikopatient:innen können sich selbst leichte Symptome zu einem schweren Krankheitsverlauf entwickeln.

Sprechen Sie Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt auf Behandlungsmöglichkeiten an!