

M 2

Das Corona-Virus **Wissenstext**

Informationen zu SARS-CoV-2 / COVID-19

Das Corona-Virus verbreitet sich durch Tröpfchen und Aerosole aus dem Rachenraum (Nase und Mund) sowie aus dem Lungenraum, wenn diese durch Spucken, Husten, Niesen, Sprechen oder Atmen direkt auf die Atemwegsschleimhäute (auch über die Augen) und in die Lunge geraten.

Auch die feineren Partikel oder Tröpfchen, die sich in der Luft verteilen (Aerosole), können das Virus übertragen, wenn diese Luft direkt eingeatmet wird.

Die Wahrscheinlichkeit einer sogenannten Schmierinfektion oder Kontaktübertragung ist relativ gering (ca. 10%). Sie findet beispielsweise statt, wenn ein Mensch in die Hand hustet und danach einem anderen die Hand schüttelt. Dieser infiziert sich, wenn er gleich anschließend mit der Hand seinen Mund oder seine Augen berührt. Die jetzt auf der Haut vorhandenen intakten Viren kommen nun mit den Schleimhäuten in Berührung.

Wenn der hustende Mensch jedoch einen Gegenstand oder ein Lebensmittel berührt, müsste unmittelbar danach ein anderer die Partikel direkt an seine Schleimhäute bringen, um sich anzustecken.

Die Inkubationszeit, also die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Krankheit, liegt bei etwa 5 Tagen (zwischen 1 und höchstens 10 Tagen).

Symptome gibt es viele, jedoch treten bei den meisten Infizierten gar keine oder nur sehr schwach erkennbare auf. Häufig sind Fieber, trockener Husten, Atembeschwerden, Geruchs- oder Geschmacksverlust.

Besonders gefährdet, einen schweren Verlauf zu entwickeln, sind Menschen mit Vorerkrankungen der Lunge sowie der Gefäße (Herz-Kreislauf, Bluthochdruck, Diabetes). Sehr viele alte Menschen sind daher als Risikogruppe eingestuft.

So können Sie sich und die Kinder vor dem Virus schützen

1. Sorgen Sie in den Räumen der Einrichtung für eine ständige Durchlüftung und, wenn möglich, einem stetigen leichten Luftzug im oberen Bereich des Zimmers.
2. Halten Sie sich mit den Kindern viel im Freien auf. Gehen Sie so oft wie möglich mit den Mädchen und Jungen nach draußen an die frische Luft.
3. Das Virus hat eine Schutzhülle, die durch Lauge oder Säure sowie UV-Strahlung und Hitze zerstört wird. Beim gründlichen Händewaschen wird durch die Lauge der Seife und die mechanische Bewegung die Hülle der Viren zerstört. Die Hände sollten lange eingeseift, aneinander gerieben und danach gut abgetrocknet werden.
4. Die Viren halten sich nicht lange auf Oberflächen oder Lebensmittel, da sie einen feuchtwarmen „Träger“ benötigen (z. B. Schleimhäute), um zu überleben. Desinfektionen sind daher meist überflüssig. Wer trotzdem gründlicher reinigen will, kann zusätzlich zu der Seife noch Essigessenz benutzen.
5. Halten Sie den vorgeschriebenen Abstand zueinander.
6. Behelfs- und OP-Masken dienen dem Schutz anderer, indem sie die größeren Tröpfchen zurückhalten. Zweilagige Stoffmasken sind jedoch effektiver als OP-Masken und außerdem wesentlich umweltfreundlicher. Sie werden nach der Benutzung in der Maschine gewaschen und anschließend am besten an der Sonne getrocknet oder heiß mit Dampf gebügelt.

Quellen (u. A.):

Robert-Koch-Institut: www.rki.de

Bundesgesundheitsministerium: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>

BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung):

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/>