

HEALTHY PEOPLE – HEALTHY BUSINESS

Nr. 16 | 2020



”

Liebe Leserinnen und Leser!

eigentlich war der neue Newsletter längst fertig, wurde aber von der Dynamik der letzten Tage und wenigen Wochen schlichtweg überrollt. Themen wie das neue Masernschutzgesetz – obwohl frisch in Kraft getreten – haben derzeit einfach keine Priorität. Die Informationen dazu, unsere neuen Kollegen und alles andere Wissenswerte holen wir nach. Versprochen!

Aus gegebenem Anlass möchten wir in diesem Corona-Sonder-Newsletter nochmal kurz auf die häufigsten Fragen aus dem betrieblichen Umfeld eingehen.

Wie wird das Virus übertragen?

Die Übertragung erfolgt in erster Linie über Tröpfcheninfektion bei direktem face-to-face Kontakt. Kontakt ist dabei definiert als ein länger als 15 Minuten dauernder Kontakt in einem Abstand unter 1,5 m.

Eine Übertragung über kontaminierte Oberflächen wie z.B. Türklinken ist theoretisch möglich, praktisch aber bisher nicht nachgewiesen. Eine Übertragung über Urin oder Stuhlgang ist nicht möglich.

Was sind die häufigsten Symptome?

Die häufigsten Symptome sind Fieber, Husten und Kurzatmigkeit. Aber auch weitere, unspezifische Erkältungssymptome können auftreten.

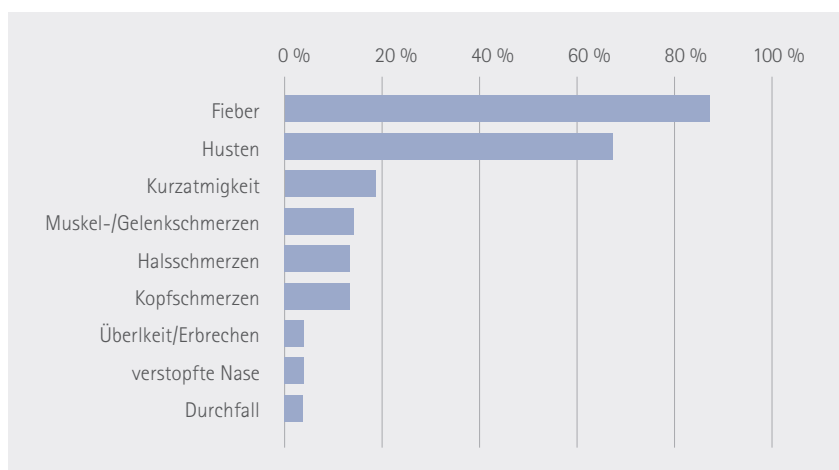


Abbildung: Auftreten der häufigsten Symptome bei COVID-19-Fällen in China (n = 55.924 laborbestätigte Fälle, Stand 20.02.2020.)
Quelle: Robert Koch-Institut

Wie und wo kann ich mich testen lassen?

Getestet wird nur bei:

1. Kontakt zu einem bestätigten Fall (Definition s.o.) und Symptomen,
2. bei Rückkehr aus einem Risikogebiet und Symptomen
3. oder bei Verdacht des Hausarztes auf eine COVID-19 Erkrankung, d.h. eine Infektion mit dem aktuellen SARS-CoV-2 Virus.

Der Test erfolgt durch einen Rachenabstrich und wird durch die jeweils zuständigen Gesundheitsämter organisiert. Alle Informationen zu den lokalen Gegebenheiten findet man i.d.R. auf den Internetseiten der Gesundheitsbehörden.

Wie ist der Verlauf der Erkrankung?

Bei der überwiegenden Zahl der infizierten ist der Krankheitsverlauf mild bis moderat.

Hauptsymptome sind Husten und Fieber. In sehr wenigen Fällen kann es zu schweren Verläufen bis hin zum Tod kommen (s.u. "Risikogruppen").

Die Inkubationszeit, d.h. die Zeit von der ersten Ansteckung bis zum Auftreten von Symptomen, liegt im Mittel bei 5 - 6 Tagen bei einer Spannweite von 1 - 14 Tagen.

Die Infektiosität, d.h. die Möglichkeit, Dritte zu infizieren, hält bis zu 8 Tage nach Symptombeginn an. 2 - 3 Tage nach Abklingen der Symptome ist man nicht mehr ansteckend.

Wer muss in Quarantäne?

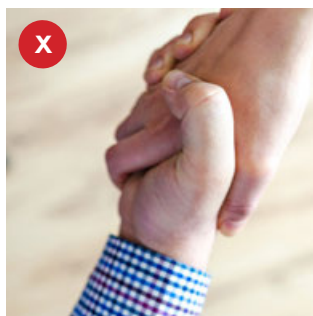
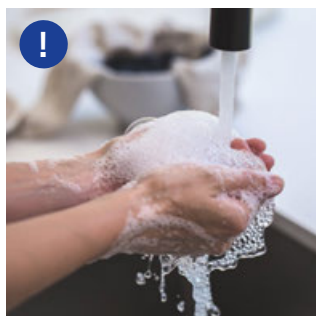
Für jede Person mit Kontakt zu einem bestätigten Fall oder Rückkehrer aus Risikogebieten wird – unabhängig davon, ob Symptome auftreten oder nicht – eine häusliche Quarantäne von 14 Tagen empfohlen.

Treten in dieser Zeit keine Symptome auf, kann man nach der Quarantäne wieder arbeiten gehen.

Treten innerhalb der Quarantäne Symptome auf, meldet man sich beim zuständigen Gesundheitsamt und stimmt dort die weitere Vorgehensweise ab. Milde Verläufe werden (durch den Hausarzt) möglichst ambulant behandelt. Bei schweren Verläufen veranlasst der Hausarzt die stationäre Aufnahme.

Wann kann ich wieder arbeiten?

Laut Robert Koch-Institut (RKI) kann man 48 Stunden nach Symptommfreiheit wieder arbeiten. Die regionalen Bedingungen der Gesundheitsbehörden sind jedoch zu beachten. Das Gesundheitsamt in Aachen zum Beispiel erlaubt die Wiederaufnahme der beruflichen Tätigkeit drei Tage nach Abklingen der Symptome.



Wie kann ich mich und andere schützen?

- ▶ Husten und Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, dabei Abstand zu anderen Personen halten und sich wegrehen
- ▶ regelmäßig und gründlich die Hände mit Seife waschen
- ▶ Hände aus dem Gesicht fernhalten
- ▶ 1,5 m Abstand zu anderen Personen halten
- ▶ Hände schütteln vermeiden
- ▶ Büro- (und Privat-) Räume regelmäßig lüften
- ▶ im Krankheitsfall zu Hause bleiben, nicht zur Arbeit gehen!

Wer gehört zu Risikogruppen?

Obwohl schwere Verläufe auch bei Personen ohne Vorerkrankung auftreten können, haben die folgenden Personengruppen ein erhöhtes Risiko für schwere Verläufe:

- ▶ ältere Personen (ab etwa 50–60 Jahren)
- ▶ Raucher
- ▶ Personen mit
 - bestimmten Vorerkrankungen des Herzens (z.B. koronare Herzerkrankung),
 - bestimmten Vorerkrankungen der Lunge (z.B. Asthma, chronische Bronchitis),
 - chronischen Lebererkrankungen
 - Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
 - einer Krebserkrankung
 - geschwächtem Immunsystem (z.B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr schwächen, wie z. B. Cortison)



Gibt es besondere Risiken für Schwangere und Stillende?

Nach derzeitigem Stand haben Schwangere kein erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf einer COVID-19 Infektion.

Das Virus ist nicht auf das Kind im Mutterleib übertragbar und wird nach aktuellem Stand auch nicht mit der Muttermilch weitergegeben.

Wie sollen wir mit ASA-Sitzungen oder Besprechungen umgehen?

ASA Sitzungen sind ja – auch unabhängig von Corona – die zentrale Institution zur Koordinierung sämtlicher Maßnahmen zum Arbeits- und Gesundheitsschutz im Betrieb. Qua Gesetz sind dort alle wichtigen Schlüsselpersonen im betrieblichen Gesundheitsschutz vertreten. Daher sollten aktuell gerade diese Termine unter der Einhaltung der o.g. Hygieneregeln auch stattfinden, um aktuelle Entwicklungen, mögliche Einschränkungen und Maßnahmen individuell auf den Betrieb abzustimmen. Organisatorisch sind dabei natürlich alle Formen moderner Kommunikation (Videokonferenz, Telefonkonferenz o.ä.) möglich und erstrebenswert.

Sind persönliche Besprechungen im Betrieb unumgänglich, sind die Hygienemaßnahmen – hier insbesondere der Abstand zum nächsten Gesprächspartner – unbedingt einzuhalten.

Sollen/müssen wir Oberflächen desinfizieren (Handläufe, Türklinken, Telefone, Tastaturen)?

Der Einfluss der Flächendesinfektion auf die Verhütung von Infektionen wird eher überschätzt. Es ist bisher kein Fall einer Infektion über kontaminierte Oberflächen nachgewiesen (s.o.). Rein praktisch wäre z.B. eine Türklinke auch nur keimfrei zu halten, wenn sie nach jeder (!) Benutzung unmittelbar wieder desinfiziert werden würde.

Wenn eine Desinfektion unumgänglich ist, z.B. in medizinischen Bereichen, Reinräumen oder in der Lebensmittelindustrie, sind Desinfektionsmittel mit der Kennzeichnung „viruzid“, „begrenzt viruzid“ oder „begrenzt viruzid PLUS“ anzuwenden. Das RKI hat dazu Desinfektionsmittel und -verfahren auf seinen Seiten veröffentlicht.

Welche Vorsorgemaßnahmen können wir in unserem Unternehmen treffen?

Wichtigste Maßnahme ist die Kommunikation und konsequente Umsetzung der allgemeinen Hygieneregeln. Daneben gibt es eine Reihe weiterer Möglichkeiten, eine Ausbreitung des Virus zu bekämpfen. Da aber jeder Betrieb seine räumlichen oder organisatorischen Besonderheiten hat, empfehlen wir passgenaue, individuelle Maßnahmen konkret für Ihr Unternehmen. Dabei helfen wir gerne. Sprechen Sie uns einfach an, wenn Sie hier Unterstützung brauchen.

Wo bekommen wir weitere Informationen?

Seriöse Informationen und Antworten auf viele Fragen zum Corona-Virus finden Sie z.B. auf den Internetseiten des Robert-Koch-Instituts unter www.rki.de.

Und Bitte: Lassen Sie sich nicht verrückt machen, z.B. durch Fake-News in den Sozialen Medien!



Weitere allgemeine Fragen, Informationen zur individuellen Risikoeinschätzung oder zu Hygiene- oder Quarantäne-Maßnahmen beantworten wir gerne auch im Einzelfall.

Sie erreichen uns dazu unter unserer **„Corona-Hotline“ 0241 - 99 01 89 - 0**. Unsere Ärztinnen und Ärzte sind montags bis freitags für Sie erreichbar oder rufen kurzfristig zurück.

Mo	Di	Mi	Do	Fr
	8.00 Uhr	8.00 Uhr	8.00 Uhr	8.00 Uhr
10.00 Uhr				
17.00 Uhr	17.00 Uhr		17.00 Uhr	17.00 Uhr
		20.00 Uhr		

„Krisen, so heißt es, rufen in Menschen das Beste und Schlechteste hervor...“



In diesem Sinne,
Ihr Michael Suchodoll