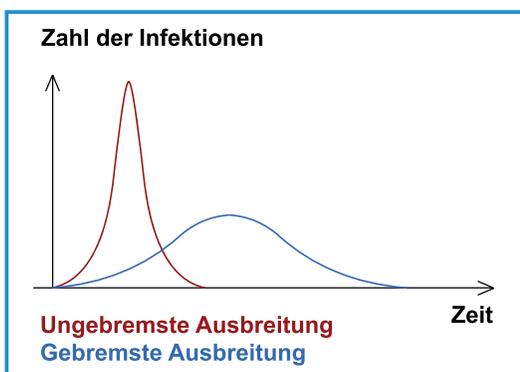


INFORMATIONSBLATT CORONAVIRUS 2019

„Auf der einen Seite sagen die offiziellen Stellen, das Coronavirus sei gar nicht so schlimm und man solle sich keine Sorgen machen. Auf der anderen Seite fühlen sich die weltweiten Maßnahmen wie aus einem Katastrophenfilm an. Was stimmt denn nun?“

Das Problem mit dem neuartigen Virus ist nicht so sehr die Gefährlichkeit der Erkrankung sondern die Geschwindigkeit der Verbreitung.



Man kann sich das leicht an einem Beispiel vorstellen:

Nehmen wir an, eine bestimmte Erkrankung führt zu 100 Krankenhauseinweisungen in der Region Bamberg. Verteilen sich die Fälle über ein Jahr, hat man es im Durchschnitt jeden dritten Tag mit einem neuen Patienten zu tun, für den ein Bett organisiert werden kann. Untersuchungen und Behandlung können „entspannt“ geplant und durchgeführt werden.

Wenn aber die selben 100 Fälle gleichzeitig innerhalb einer Woche aufschlagen, ist das ein Problem.

Daher richten sich gerade alle Kräfte weltweit darauf, die Ansteckungen zu verlangsamen.

„Was kann ich selbst tun?“

- **Eine gute Händehygiene**

Waschen Sie sich im Alltag regelmäßig die Hände, z.B. immer nach dem nach Hause kommen, nach dem Besuch der Toilette oder nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen. Waschen Sie Ihre Hände mit Seife. Gründliches Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden.

- **Husten- und Nieseregeln**

Halten Sie beim Husten oder Niesen mindestens einen Meter Abstand von anderen Personen und drehen Sie sich weg. Niesen oder husten Sie am besten in ein Einwegtaschentuch. Verwenden Sie dies nur einmal und entsorgen es anschließend in einem Mülleimer mit Deckel. Ist kein Taschentuch griffbereit, sollten Sie sich beim Husten und Niesen die Armbeuge vor Mund und Nase halten und ebenfalls sich dabei von anderen Personen abwenden. Und immer gilt: Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände waschen!

- **Menschenansammlungen vermeiden**

Wenn viele Menschen auf engem Raum sind, steigt die Gefahr, sich anzustecken. Generell gilt: Bleiben Sie nach Möglichkeit zu Hause, wenn Sie Atemwegssymptome, d.h. Krankheitszeichen im Bereich der Atemwege bei sich bemerken.

INFORMATIONSBLATT CORONAVIRUS 2019

„Ich glaube, ich könnte mich angesteckt haben. Was soll ich tun?“

Das Allerwichtigste ist zunächst, Ruhe zu bewahren. Klären wir zuerst, was Sie nicht tun sollten:



Fahren Sie **NICHT** in die Klinik oder in die Praxis Ihres Hausarztes.
Das ist wichtig, damit Sie im Falle des Falles keine weiteren Personen anstecken.

Fahren Sie **NICHT** direkt zur Anlaufstelle in Scheßlitz.
Für die Organisation der Testungen und zur Vermeidung von medizinisch nicht sinnvollen Untersuchungen ist eine Vorklärung wichtig:

Rufen Sie in der Praxis Ihres Hausarztes an. So können telefonisch zunächst das grundsätzliche Risiko anhand der tagesaktuellen Informationslage (Risikogebiete, etc.) eingeschätzt und ggf. bestehende Symptome abgefragt werden.

Wenn der Hausarzt eine Testung für dringend geboten hält, wird er Sie dann an die Anlaufstelle weitervermitteln:

**Anlaufstelle „Neuartiges Coronavirus“
Oberend 32
96110 Scheßlitz**

Falls Ihr Hausarzt gerade nicht weiterhelfen kann oder nicht erreichbar ist, können Sie sich auch an das Gesundheitsamt Bamberg wenden: **0951 / 859700**.
Unter dieser Nummer können Sie auch medizinische Fragen zum neuartigen Coronavirus stellen.

Für nicht-medizinische Fragen zum Thema hat die Stadt Bamberg eigens ein Bürgertelefon eingerichtet: **0951 / 872525**.

„Was ist sonst noch wichtig?“

Behalten Sie einen klaren Kopf. Gleichgültigkeit oder Abstreiten ist ebenso verkehrt wie Panik.

Wenn Sie sich informieren, achten Sie auf seriöse Quellen. Reißerische Postings auf facebook und Co. sind mit Vorsicht zu genießen und sollten nicht weiterverbreitet werden.

Medizinisch fundierte Informationen auf dem aktuellen Stand finden Sie auf den Seiten des **Robert Koch Institut** (www.rki.de). Gute Tipps, wie man sich verhalten sollte, liefert die **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZGA** (www.bzga.de).

Falls Ihnen kein Internetzugang zur Verfügung steht, sind folgende überregionale Bürger-Hotlines eingerichtet:

Ärztlicher Bereitschaftsdienst (Patientenservice):	116 117
Unabhängige Patientenberatung Deutschland:	0800 / 330 4615 32
Bundesgesundheitsministerium (Bürgertelefon):	030 / 346 465 100
Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit:	09131 / 6808 5101