

Plauen, 08.11.2021



# **Unterweisung zu Covid-19**

## **Gesundheitsgefahren durch Infektionen mit dem Coronavirus**

**Stand: 08.11.2021**

# Inhalte

- Beschreibung Covid-19
- Symptome
- Übertragungswege
- Risikogruppen
- Krankheitsverläufe
- Langzeitfolgen
- Impfung

# Beschreibung COVID-19

COVID-19 ist die Abkürzung der englischsprachigen Bezeichnung „Corona Virus Disease 2019“ – auf Deutsch: Coronavirus-Erkrankung 2019. Der Erreger ist das Coronavirus SARS-CoV-2, das sich seit Ende 2019 sehr schnell auf der ganzen Welt verbreitet hat. Nicht alle Menschen, die sich anstecken, zeigen Symptome. Einige werden jedoch so schwer krank, dass sie daran sterben. Vor allem ältere Personen und Menschen mit Vorerkrankungen haben ein erhöhtes Risiko. Auch bei jungen und grundsätzlich gesunden Menschen kann COVID-19 tödlich verlaufen.

Die Todesursache bei COVID-19 ist meist ein Lungen- oder Multiorganversagen. Um das zu verhindern, müssen Ärztinnen und Ärzte viele der schwer erkrankten Patientinnen und Patienten auf einer Intensivstation mit künstlicher Beatmung oder anderen Organersatzverfahren behandeln.

Damit das Gesundheitssystem möglichst allen eine solche Versorgung garantieren kann, dürfen nicht zu viele Menschen auf einmal krank werden. Deshalb sollten alle Bürgerinnen und Bürger die geltenden Abstands- und Hygieneregeln einhalten, einen Mund-Nasen-Schutz tragen, die Kontaktbeschränkungen beachten und das Impfangebot nutzen.

## Woher kommt es?

Der Erreger von COVID-19 heißt in der Fachsprache „SARS-CoV-2“, da er mit dem Erreger des schweren akuten respiratorischen Syndroms (SARS) verwandt ist. Daher spricht man auch vom neuartigen Coronavirus. SARS-CoV-2 stammt vermutlich von sehr ähnlichen Coronaviren bei Wildtieren ab. Nach derzeitigem Wissen fanden die ersten Ansteckungen auf einem Lebensmittelmarkt im chinesischen Wuhan statt, auf dem auch Wildtiere verkauft worden waren.

# Symptome

Erste Symptome treten 1 bis 14 Tage, im Durchschnitt etwa 5 bis 6 Tage, nach der Ansteckung auf. Aber: Nicht alle mit SARS-CoV-2 infizierten Menschen haben Krankheitsanzeichen – einige verspüren keine Beschwerden.

## **Häufige Symptome einer COVID-19-Erkrankung sind:**

- Husten, Fieber, Schnupfen, Geruchs- und Geschmacksstörungen

Daneben können auch folgende Symptome auftreten: Kurzatmigkeit, Atemnot, Halsschmerzen, Kopf- und Gliederschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Hautausschlag, Bindehautentzündung, Lymphknotenschwellungen, Schläfrigkeit, Bewusstseinsstörungen.

**Kinder und Jugendliche** zeigen im Vergleich zu Erwachsenen häufiger keine oder nur mild ausgeprägte Symptome und haben häufiger Magen-Darm-Beschwerden.

**Schwangere Frauen**, die sich mit SARS-CoV-2 anstecken, haben vergleichsweise seltener Fieber und Muskelschmerzen. Neugeborene, deren Mütter während der Schwangerschaft positiv getestet wurden, zeigen meistens keine Symptome.

Wenn Sie Symptome verspüren, bleiben Sie zu Hause, halten Sie die Abstands- und Hygieneregeln ein und lassen Sie sich telefonisch von Ihrer Hausarztpraxis zu den nächsten Schritten beraten.

# Übertragungswege

SARS-CoV-2 verbreitet sich sowohl über die Tröpfcheninfektion als auch über in der Luft schwebende Minitröpfchen (Aerosole).

Infizierte Menschen tragen **Virus-Tröpfchen** in Nase und Mund, die sich vor allem beim Sprechen, Niesen oder Husten in der Luft verteilen. Gelangen diese Tröpfchen auf die Schleimhäute an Nase, Mund und Augen anderer Menschen, können sich diese mit dem Virus anstecken. Landen die Tröpfchen auf den Händen und fasst man sich dann mit der Hand ins Gesicht, transportiert man die Erreger möglicherweise zu den Schleimhäuten (Schmierinfektion).

**Aerosole** entstehen beim Atmen oder Sprechen, vor allem aber bei lautem Schreien, beim Singen und bei intensiver sportlicher Aktivität. Besonders in geschlossenen Räumen und bei fehlender Luftzirkulation können Aerosole längere Zeit und über größere Distanzen in der Luft schweben, was die Wahrscheinlichkeit einer Ansteckung erhöht. Eine Ansteckung in Außenbereichen kommt dagegen seltener vor.

# Risikogruppen

Da die körpereigene Abwehr im Alter schwächer wird, kommt es bei älteren Menschen häufiger zu einem schweren Verlauf. Ab etwa 50 bis 60 Jahren steigt dieses Risiko stetig an. Raucher und Menschen mit starkem Übergewicht haben ebenfalls häufiger einen schweren Verlauf.

Die Wahrscheinlichkeit für einen schweren Krankheitsverlauf ist auch bei Menschen mit folgenden **Vorerkrankungen** erhöht:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck und Verengungen der Herzkranzgefäße
- chronische Lungenerkrankungen, darunter COPD oder schweres Asthma
- chronische Nieren- und Lebererkrankungen
- Diabetes mellitus
- Krebserkrankungen
- Abwehrschwäche aufgrund einer Medikamenten-Einnahme oder Erkrankungen, die direkt das Immunsystem schwächen
- Schwangerschaftsdiabetes
- Präeklampsie („Schwangerschaftsvergiftung“)

# Krankheitsverläufe

## Milder bis moderater Verlauf

Etwa 80 Prozent der nachgewiesenen SARS-CoV-2-Infektionen verlaufen mild bis mittelschwer. Die erkrankten Personen können sich zu Hause auskurieren. Auch bei den meisten schwangeren Frauen mit COVID-19 verläuft die Erkrankung günstig.

## Schwerer Verlauf

Bei etwa 14 Prozent der erkrankten Personen verschlechtern sich die Symptome nach circa 7 bis 10 Tagen. Es gelangt dann nicht mehr genug Sauerstoff ins Blut. Einige dieser Patientinnen und Patienten müssen intensivmedizinisch versorgt und maschinell beatmet werden.

Zusätzliche Infektionen mit Pilzen oder Bakterien und vermehrt auftretende Blutgerinnsel erschweren die Therapie. Eine mögliche Komplikation ist eine Lungenentzündung.

Die Wahrscheinlichkeit, dass eine COVID-19-Erkrankung während der Schwangerschaft schwer verläuft, ist gering – im Vergleich zu nicht schwangeren Frauen aber erhöht. Zudem haben Schwangere, die schwer an COVID-19 erkranken, ein höheres Risiko für eine Schwangerschaftsvergiftung (Präeklampsie) oder eine frühzeitige Entbindung als Schwangere mit einem milden Verlauf.

## Todesfälle

Infektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 können tödlich verlaufen. Zwischen 2 bis 3 Prozent der Menschen mit einer bestätigten SARS-CoV-2-Infektion sind daran gestorben. Die meisten davon waren über 70 Jahre alt.

# Langzeitfolgen

Schätzungen zufolge haben etwa 15 Prozent der Menschen, die an COVID-19 erkrankt sind, noch Wochen bis Monate nach dem Abklingen der akuten Infektion anhaltende Beschwerden. Bestehen 4 Wochen später noch Symptome oder kommen neue hinzu, bezeichnen Medizinerinnen und Mediziner das als **Long-COVID**. Passiert das über einen Zeitraum von mehr als 12 Wochen, spricht man vom **Post-COVID-19-Syndrom**.

Die Wahrscheinlichkeit, dass längerfristig gesundheitliche Probleme bestehen bleiben, ist größer, wenn die Erkrankung schwer verläuft. Aber auch bei sehr milden und mittelschweren Verläufen können Langzeitfolgen auftreten.

Zu den häufig beschriebenen **Beschwerden** zählen Erschöpfung und Müdigkeit, Kurzatmigkeit und geringe Belastbarkeit, Muskelschwäche und -schmerzen, Schlafstörungen, Depression und Ängstlichkeit. Diese können einzeln oder in Kombination auftreten. Bei manchen Menschen verschlechtert sich auch die Lungenfunktion oder es kommt zu Einschränkungen der Leber-, Nieren- und Herzfunktion.



# Impfung

In Deutschland und der Europäischen Union sind **vier Impfstoffe** zum Schutz vor COVID-19 zugelassen: Comirnaty (BioNTech/Pfizer), Spikevax, ehemals COVID-19 Vaccine Moderna (Moderna), Vaxzevria (AstaZeneca) und COVID-19 Vaccine Janssen (Janssen Cilag International/Johnson & Johnson).

Mittlerweile kann sich jede **Person ab 12 Jahren** impfen lassen. Die STIKO empfiehlt allen noch ungeimpften **Schwangeren** ab dem 2. Trimenon und ungeimpften **Stillenden** die Impfung gegen COVID-19 mit zwei Dosen eines mRNA-Impfstoffs im Abstand von 3 – 6 (Comirnaty) bzw. 4 – 6 Wochen (Spikevax). Wenn die Schwangerschaft nach bereits erfolgter Erstimpfung festgestellt wurde, sollte die Zweitimpfung erst ab dem 2. Trimenon durchgeführt werden.

Alle bisher zugelassenen Impfstoffe zeigen eine **hohe Wirksamkeit** und bieten einen guten Schutz vor einer schweren COVID-19-Erkrankung. Zu schweren Nebenwirkungen kommt es nur sehr selten. Wer vollständig gegen COVID-19 geimpft ist, kann dies neben dem Eintrag in den gelben **Impfpass** auch digital nachweisen.

# Quellenangabe

- <https://gesund.bund.de/covid-19#verlauf>
- <https://www.zusammengegencorona.de/>
- [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikobewertung.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html)
- <https://www.dguv.de/corona/index.jsp>

