

# Infos über SARS COV-2

Sie wurden positiv getestet auf SARS CoV-2 - was Sie wissen müssen!

## CORONA - wirklich nur wie ein grippaler Infekt?

Nein! Verharmlosen Sie nicht diesen Virus - der Krankheitsverlauf kann von leichten Symptomen bis zu intensivmedizinischer Behandlung gehen.

Circa 3-5 Tage nach einer Ansteckung entwickeln Sie die ersten Symptome. Häufig beginnt die Erkrankung plötzlich mit Halsschmerzen, Schnupfen, Husten, starken Kopf- und Gliederschmerzen. Sie fühlen sich richtig krank und erschöpft - es kann zu erhöhter Temperatur, als auch zu Fieberschüben kommen. Das Krankheitsgefühl ähnelt zu Beginn einem grippalen Infekt, der durchaus auch typisch ist für die kalte Jahreszeit. SARS CoV-2 kann auch die Nerven angreifen und somit einen Verlust von Geruchs- und Geschmackssinn verursachen. Diese neurologischen Symptome können mehrere Wochen bis Monate anhalten. Es kann zu Atemnot, Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen als auch Durchfall kommen. Bei mittel bis schweren Verläufen kommt es zu Sättigungsabfällen im Blut, weshalb Ihr Gehirn und die Organe nicht mehr mit genügend Sauerstoff versorgt werden.

Wenn Sie Glück und einen leichten Verlauf haben, klingt die Erkrankung in ca. 10 Tagen ab.

**Auch symptomlose, positiv getestete Patienten sind ansteckend und müssen sich trotz Ihres guten Allgemeinzustandes an die Absonderung der Behörde halten.**

1

### SYMPTOME

Fieberschübe,  
Gliederschmerzen,  
Erkältungssymptome, Verlust  
Geruchs- und  
Geschmackssinn, Übelkeit,  
Erbrechen, Atemnot

2

### DAUER

Je nach Verlauf dauert die  
Erkrankung 10 bis 21 Tage.  
Je schwerer der Verlauf,  
desto länger leiden Sie unter  
Symptomen.

3

### VERLAUF UND FOLGEN

Es kann Wochen bis Monate  
dauern, dass Sie sich wieder  
100% belastbar fühlen und  
neurologische Beschwerden  
abklingen.



### Bleiben Sie zuhause!

Vermeiden Sie engen Kontakt zu anderen Personen in Ihrem Haushalt.



### Medikamente und Hausmittel

Nehmen Sie die verordneten Medikamente ein und nutzen Sie Hausmittel!



### Notfallnummer

144 - Rettung

141 - hausärztlicher  
Notdienst

## Sie können andere Menschen anstecken und das Virus verbreiten!

### Verschlechterung der Symptome

Wenn Sie sich 5 Tage nach Symptombeginn deutlich schlechter fühlen, sollten Sie folgendes beachten:

**Leider gibt es kein „Wundermittel“ für eine schnellere Genesung! Ihr Arzt behandelt Sie symptomatisch je nach Beschwerdebild.**

#### Abgeschlagenheit

Abgeschlagenheit und körperliche Schwäche treten plötzlich auf. Manche Patienten sind nicht einmal mehr in der Lage, ohne Unterstützung auf die Toilette zu gehen oder sich selbst zu versorgen.

#### Fieber

Manche Patienten erleben eine Achterbahnfahrt von Fieberschüben, obwohl Sie regelmäßig fiebersenkende Mittel einnehmen. Es kann durchaus auch erst später im Krankheitsverlauf Fieber dazu kommen. Die Temperatur schwankt von 37,5° - 40° Celsius bis zu 3 Wochen lang. Dies löst bei Ihnen Hilflosigkeit und Verzweiflung aus, weil sich dieser lang anhaltende Zustand deutlich von einem grippalen Infekt unterscheidet und kräftezehrend ist.

Nehmen Sie regelmäßig die verordneten Medikamente ein, achten Sie auf **viel Schlaf, Flüssigkeitszufuhr und Nahrung**. Ihr Körper

braucht für diesen Marathon Energie in Form von Kohlenhydraten und Zucker! Nutzen Sie Hausmittel wie Essigpatscherl und ätherische Öle für die Linderung Ihrer Beschwerden.

#### Durchfall, Erbrechen und Übelkeit

Wenn sich Durchfall, Erbrechen und Übelkeit zu Ihren Symptomen hinzugesellen, sollten Sie unbedingt auch mit der Ernährung (Hühner- und Karottensuppe, Elektrolyt Tee und Rossi Lösung) gegensteuern.

ELEKTROLYT - TEE	ROSSI - LÖSUNG
1 Liter Kamillen- oder Pfefferminztee	2 Teile schwarzer Tee (lange ziehen lassen)
10 Esslöffel Honig	1 Teil Orangensaft
1 Teelöffel Salz	1 Esslöffel Zucker
1 Zitrone - über den ganzen Tag verteilt, dazu Zwieback	1 Teelöffel Salz Kalt aus dem Kühlschrank

#### Atemnot

Bei SARS CoV-2 handelt es sich um eine multifaktorelle Erkrankung. Lunge, innere Organe, Nerven und Psyche sind bei vielen Patienten betroffen. Bei einigen Patienten entwickelt sich schleichend eine Lungenentzündung. Wenn Sie bei alltäglichen Tätigkeiten (z.B. Stiegen steigen über 1 Stockwerk) plötzlich über deutliche Atemnot klagen, sehen Sie das als Alarmsignal und

### WIE KOMME ICH ZU EINER TELEFONISCHEN VISITE/ZU MEDIKAMENTEN?

Rufen Sie uns während der Ordinationszeiten an (07227/23 0 23) und ordern Sie Ihre Dauermedikamente telefonisch. Wir speichern sie auf Ihre E-Card. Die freiwilligen Helfer und Angestellte der Wohnortgemeinde wird Ihnen diese zustellen. Dies gilt auch für Lebensmittel!

Schildern Sie bereits am Telefon Ihr Anliegen für die Telefonvisite, Ihre Symptome und hinterlassen Sie eine Telefonnummer. Der Arzt wird Sie - je nach Dringlichkeit - zu Mittag/nach der Ordination zurückrufen.

melden Sie sich umgehend bei Ihrem Hausarzt oder bei 141.

Alternativ können Sie mit einem Pulsoximeter Ihre Sauerstoffsättigung messen (sollte in Ruhe bei gesunden Patienten ohne Vorerkrankungen über 94% liegen). Werte unter 90% sind alarmierend und es bedarf in diesem Fall einer Behandlung mit Sauerstoff!

## WANN MUSS ICH INS KRANKENHAUS?

Wenn sich die Situation in den Krankenhäusern zuspitzt, können nicht mehr alle Patienten mit einer SARS CoV-2 Infektion aufgenommen werden. Deshalb versuchen die niedergelassenen Ärzte Sie so gut wie möglich zu Hause zu behandeln und nur bei folgenden Kriterien einzuweisen:

- Unmöglichkeit der weiteren medizinischen Behandlung zuhause mit Ziel auf Genesung
- Schlechte und instabile Sauerstoffsättigung
- Kritischer Allgemeinzustand und Verschlechterung der Vorerkrankungen
- Ausdrücklicher Wunsch des Patienten
- Auslastung der Krankenhäuser lässt es zu

## Husten

Bei trockenem als auch produktivem Husten mit Auswurf von Schleim sowie Reizhusten am Abend kann Ihnen Ihr Hausarzt Medikamente verschreiben. Zusätzlich können Sie mit Inhalieren von Salzwasser und Hausmitteln eine Linderung erzielen.

## Hals- und Ohrenschmerzen

Nur weil Sie sich mit SARS CoV-2 infiziert haben, heißt es nicht, dass Sie nicht auch eine Mandelentzündung oder Mittelohrentzündung entwickeln können. Bei auffällig starken Schmerzen im HNO Bereich, wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt.

## Starker Schnupfen und Beschwerden der Nasen-Nebenhöhlen

Wenden Sie Nasentropfen abwechselnd mit Meerwasserspray zum Befeuchten der Schleimhäute an. Zudem empfiehlt sich das Inhalieren.

## Kopf- und Gliederschmerzen

Viele Patienten berichten von starken Kopf- und Gliederschmerzen. Zusätzlich handelt es sich um Verspannungen aufgrund des andauernden Liegen. Wenn es Ihr Kreislauf zulässt, nehmen Sie ein Entspannungsbad (oder Wärmflasche) zur Behandlung von Muskelbeschwerden. Ihr Arzt kann Ihnen bei starken Verspannungen auch medikamentös weiterhelfen.

## Verlust Geruchs- und Geschmackssinn

SARS CoV-2 kann auch den Geruchs- und Geschmackssinn beeinträchtigen. Dies kann Tage, Wochen aber auch Monate andauern!

## Entgleisung von Blutwerten

SARS-CoV-2 greift unter anderem die Bauchspeicheldrüse (Blutzucker), die Schilddrüse, die Lunge sowie die Niere an. Oft reagieren auch die Lymphknoten. Es empfiehlt sich daher 2-3 Wochen nach Ihrer Absonderung eine Blutuntersuchung durchführen zu lassen.

## ABER ICH BIN DOCH GEIMPFT!

Leider kann es trotz (vollständiger) Impfung auch zu einer SARS-CoV-2 Infektion kommen. In vielen Fällen bewahrt Sie die Impfung vor einem schweren Verlauf der Erkrankung. Leider gibt es aber trotzdem Impfdurchbrüche (wie auch bei jeder anderen Impfung) bzw. ungünstige Faktoren, die einen kritischen Krankheitsverlauf beeinflussen.

Und manchmal findet man einfach keine nachvollziehbar logische Erklärung und hat einfach Pech.