

Tipps zum Umgang mit Corona (SARS-CoV-2)

- Das Coronavirus ist ein mäßig ansteckendes Virus, eine Infektion im Vorbeigehen ist nicht möglich.
- Laut Robert-Koch-Institut braucht man für eine Infektion einen mindestens 15minütigen Kontakt
- Studien haben gezeigt, dass ca. 35-50% aller Menschen immun gegen das Virus sind.
- Aktuell ist nur einer von ca. 18.000 Menschen potentiell infektiös. Dass er gerade neben Ihnen steht, ist recht unwahrscheinlich, oder?
- Eine Ansteckung im Freien ist auch bei Unterschreitung des „kritischen“ Abstands von 1,5 Metern extrem selten, nach einer koreanischen Studie beträgt das Risiko weniger als 0,03%
- Fast alle Infektionen finden also in Innenräumen statt, aber in einem Vier-Personen-Haushalt mit einem nachgewiesenen kranken Familienmitglied liegt das Risiko, sich anzustecken, nur bei 22%.
- Innenräume sind dann problematisch, wenn sie eine niedrige Decke haben, keine Klimaanlage und schlecht belüftet sind. Ein Ventilator und regelmäßiges kurzes Öffnen können hier wahre Wunder bewirken (vorausgesetzt, es ist überhaupt ein infizierter Mensch anwesend).
- Für die Wirkung eines normalen Mundschutzes (selbst gemacht, Consumer-Mundschutz) gibt es entgegen der Aussagen in der Presse bisher **keinen** Nachweis einer Wirksamkeit! Und zwar weder für sich, noch für andere. Im Freien ist eine Maske sinnlos. Nur für FFP2- bzw. N95-Masken gibt es Wirksamkeitsnachweise.
- Durchgeführte Studien zur Wirksamkeit von Consumermasken bei der echten Grippe (Größe des Virus wie bei Corona) zeigten eindeutig, dass die Maske Infektionen nicht verhindern konnte.
- Nachgewiesen sind jedoch Nebenwirkungen von Masken, zum einen durch die meist unsachgemäße Anwendung der Träger, zum anderen durch nachgewiesene Problemkeime in den Masken und schließlich durch gesundheitliche Folgeschäden durch längeres Tragen der Masken.
- Wesentlich besser als die Wirkung von Masken scheint nach einer Studie die Anwendung von Mundwasser (Mundspülung) zu sein. So konnte in einer Laborstudie nachgewiesen werden, dass mehrere Mundwässer, z. B. das in Deutschland erhältliche „Listerine Cool Mint“ die Coronaviren zuverlässig zerstören konnte. Nachfolgestudien an Menschen laufen schon. Listerine wird in unserer Praxis übrigens regelmäßig eingesetzt.
- Mit dem in Deutschland üblichen Corona-Test ist ein PCR-Test gemeint, der aber nicht die Viren, sondern nur Genmaterial von Viren nachweist. Ein positiver Test sagt daher nicht aus, dass sie krank oder infektiös sind. Es kann Genmaterial einer frischen Infektion (infektiös für 7-10 Tage), einer alten Infektion (nicht mehr infektiös) oder einer sehr alten Infektion (nicht mehr krank) sein, denn der PCR-Test kann bis zu 8 Wochen nach Infektion noch positiv sein, auch wenn Sie längst wieder gesund sind.
- Einer von 100 positiven PCR-Tests ist nachweislich falsch positiv, also ohne Infektion oder Erkrankung des Betroffenen. Bei aktuell bis zu 950.000 Tests pro Woche sind damit ca. 9.500 Menschen positiv, ohne krank zu sein. Demnach sind bei aktuell 14.000 positiven Tests pro Woche mehr als die Hälfte der Menschen gar nicht krank, und müssen doch in Quarantäne!
- Ein großer Teil der aktuellen „Welle“ wird also von zu vielen Tests ausgelöst
- Trotzdem schein es so zu sein, dass das Virus mutiert ist und seine Eigenschaften geändert hat. Es ist offensichtlich ansteckender geworden, was einen Teil der ansteigenden Zahlen erklärt, aber es scheint (bei aller Vorsicht) auch harmloser geworden zu sein, denn es steigen zwar die positiven Testergebnisse, nicht aber die Anzahl der Menschen in Krankenhäusern oder gar die Anzahl der täglich Verstorbenen. Wird Corona doch zu einem Schnupfenvirus, wie es die Virologen schon vor Monaten angedeutet haben? Die nächsten Wochen werden es zeigen!

Bleiben sie entspannt! In seiner denkwürdigen Rede am 19.8.20 sagte der Virologe Prof. Dr. Hendrik Streeck unter anderem:

"Das Virus macht Angst, aber Angst ist der denkbar schlechteste und wohl gefährlichste Ratgeber, vor allem dann, wenn Angst politisiert wird. Der beste Weg, der Angst Herr zu werden, ist die Gefahr realistisch einschätzen zu können, zu verstehen, was Angst macht, zu akzeptieren, dass Angst in diesem Fall irrational ist. Angst kann man nur mit Fakten begegnen. Dazu gehört, uns immer wieder vor Augen zu führen, dass dieses Virus tödlich ist für wenige, genauso wie viele andere Viren auch. Überraschende Erkenntnis der letzten Monate, dass das objektivierbare Risiko für den einzelnen Menschen gering ist, das gefühlte Risiko der Pandemie ist bei der Bevölkerung zurzeit aber ein anderes."

Bleiben Sie gesund und wachsam,

Ihre Arztpraxis Ralf Tillenburg, Düsseldorf, Breidenplatz 14, 0211-203369