infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

CORONAVIRUS

Informationen für chronisch kranke Menschen

Bei Menschen mit chronischen Erkrankungen kann eine Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 häufiger einen schweren Verlauf nehmen – unabhängig vom Alter.

Welche Personengruppen gelten als Risikogruppe?

Ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf besteht nach bisherigen Erkenntnissen zum Beispiel bei:

- Herzkreislauferkrankungen / Bluthochdruck
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Chronischer Erkrankung der Atemwege, wie Asthma, chronische Bronchitis, COPD
- Krebserkrankungen (insbesondere bei aktueller Therapie)
- Chronischen Erkrankungen der Leber, wie Leberzirrhose
- Nierenerkrankungen, Dialysepflicht

Leiden Sie an einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein, die das Immunsystem schwächen, wie beispielsweise Cortison, z. B. bei Rheuma oder Morbus Crohn, ist das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf ebenfalls erhöht.

Für chronisch kranke Menschen ist es besonders wichtig, sich durch das Einhalten bestimmter Vorsichtsmaßnahmen vor einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 zu schützen. Dies gilt vor allem auch dann, wenn das Immunsystem geschwächt ist.

(1) Beachten Sie die allgemeinen Verhaltens- und Hygieneregeln:

- Bleiben Sie soweit als möglich zu Hause.
- Beschränken Sie Kontakte zu anderen Menschen auf das notwendige.
- Verzichten Sie auf direkte Kontakte (z. B. Umarmungen oder Händeschütteln) mit Personen, die nicht in Ihrem Haushalt leben. Meiden Sie auf jeden Fall den Kontakt mit erkrankten Menschen.
- Lüften Sie ausreichend und regelmäßig.
- Sorgen Sie für eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung zur Stärkung der eigenen Abwehrkräfte.
- Bitten Sie Familienmitglieder, Freunde oder Nachbarn um Unterstützung, wenn Sie dringend Hilfe brauchen oder etwas benötigen.
- Erledigen Sie Ihre Einkäufe nicht zu Stoßzeiten.
- Meiden Sie, wenn möglich öffentliche Verkehrsmittel und gehen Sie zu Fuß, fahren Sie mit dem Fahrrad oder dem Auto.
- Halten Sie unterwegs ausreichend Abstand (mindestens 1,5 Meter) zu anderen Menschen – vor allem, wenn diese offensichtlich Husten oder Schnupfen haben.
- Halten Sie die Hygienemaßnahmen ein:
  1. Waschen Sie sich sorgfältig und regelmäßig die Hände mit Wasser und Seife (mindestens 20 Sekunden), z. B. nach Personenkontakt, Benutzung von Sanitäreinrichtungen und vor dem Essen.
  2. Greifen Sie nicht an Mund, Augen oder Nase.
  3. Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, das Sie danach entsorgen.

(2) Weitere Maßnahmen helfen Ihnen, sich vor einer Infektion mit SARS-CoV-2 zu schützen.

- Nehmen Sie auch weiterhin Ihre Medikamente entsprechend der ärztlichen Verordnung ein. Unterbrechen Sie die Einnahme nicht, ohne vorab mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt gesprochen zu haben.
- Arzttermine, die nicht zwingend erforderlich sind, lassen sich auf einen späteren Termin verschieben. Dies gilt aber nicht für den Fall, dass Sie andere akute Gesundheitsprobleme, neu aufgetretene Beschwerden im Rahmen Ihrer bestehenden Erkrankung oder Arzttermine haben, die für die Behandlung Ihrer Erkrankung erforderlich sind. Rufen Sie in der Praxis an und sprechen Sie hierzu mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wie weiter verfahren werden sollte. Einige Praxen bieten auch eine telemedizinische Beratung über Telefon oder Internet an.
- Ist eine stationäre Therapie oder Operation für die nächste Zeit geplant, überlegen Sie gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob diese durchgeführt werden soll. Ist beispielsweise in der Familie jemand an COVID-19 erkrankt, kann in Erwägung gezogen werden, die Maßnahmen zu verschieben. Dies sollte allerdings nur dann erfolgen, wenn eine Behandlung zum jetzigen Zeitpunkt medizinisch nicht zwingend erforderlich ist.
- Für chronisch kranke Menschen kann eine Pneumokokken-Impfung sinnvoll sein, sofern diese nicht in den letzten 6 Jahren erfolgte. Die Pneumokokken-Impfung kann eine COVID-19 Erkrankung nicht verhindern, schützt jedoch bei schweren Verläufen vor einer möglichen zusätzlichen Lungenentzündung. Derzeit wird die Impfung Patientinnen und Patienten ab 60 Jahren und solchen mit chronischen Atemwegserkrankungen und Immunschwäche empfohlen. Sprechen Sie hierzu mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Stand: 07.05.2020

Laufend aktualisierte Informationen zum Schutz vor Infektionskrankheiten sowie aktuelle FAQ zu den Symptomen einer Infektion durch das Coronavirus SARS-CoV-2 finden Sie auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.infektionsschutz.de

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Wie verhalte ich mich als chronisch kranker Mensch, wenn sich bei mir erste Anzeichen einer Infektion zeigen?

- Bleiben Sie zunächst zu Hause und vermeiden Sie weitere Kontakte.
- Rufen Sie Ihre Haus- oder Facharztpraxis an.
- Wenden Sie sich unter der Telefonnummer **116117** an den ärztlichen Bereitschaftsdienst, wenn Ihre hausärztliche Praxis nicht erreichbar ist.
- Rufen Sie im Notfall die Rufnummer **112** an.

Wie verhalte ich mich, wenn ich von einer Krebserkrankung betroffen bin?

- Eine geplante Krebstherapie, wie eine Chemotherapie, sollte nicht grundlegend verschoben werden. Sind Sie akut an Krebs erkrankt, ist in der Regel der Nutzen der Behandlung (Operation, Chemo- oder Strahlentherapie) größer als das Risiko einer möglichen Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2. Bei einer gut beherrschten, schon in Behandlung befindlichen Krebserkrankung können Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt jedoch darüber sprechen, ob sich weitere Therapiemaßnahmen gegebenenfalls verschieben lassen.
- Haben Sie als Krebspatientin oder Krebspatient aufgrund der Corona-Krise Probleme, einen Untersuchungs- oder Behandlungstermin zu bekommen, sollten Sie sich telefonisch oder per E-Mail an den **Krebsinformationsdienst** wenden:
  1. Telefon: **0800-420 30 40**. Unter dieser Nummer werden Ihre Fragen täglich von 8.00 bis 20.00 Uhr beantwortet. Ihr Anruf ist innerhalb Deutschlands für Sie kostenlos.
  2. E-Mail: krebsinformationsdienst@dkfz.de
  3. Internet: www.krebsinformationsdienst.de/kontakt.php und www.krebsinformationsdienst.de/leben/alltag/coronavirus-krebs-haeufige-fragen.php
- Weitere Informationen finden Sie beim Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) oder der Deutschen Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie (DGHO)

Dialyse – wie verhalte ich mich, wenn ich erste Anzeichen einer Infektion feststelle?

- Setzten Sie sich zunächst von zu Hause aus telefonisch mit Ihrem Dialysezentrum in Verbindung.
- Besprechen Sie das weitere Vorgehen.
- Gehen Sie dann nur nach Aufforderung und Absprache mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt in ein Dialysezentrum bzw. Krankenhaus.
- Ist der Verdacht auf eine Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 begründet, wird die Dialyse im Dialysezentrum oder falls notwendig im Krankenhaus unter den erforderlichen Schutzbedingungen durchgeführt.

Behalten Sie auch Ihr seelisches Wohlbefinden im Blick

Die mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 verbundene Gesundheitsgefahr löst bei vielen Menschen berechtigterweise Sorgen und Ängste aus. Auch die Maßnahmen, die eingeführt wurden, um die Verbreitung des Virus zu verlangsamen, wie die häusliche Isolation, der ausbleibende Besuch von Verwandten und Bekannten oder berufliche Veränderungen können Sorgen und Ängste ebenso wie Gefühle von Einsamkeit hervorrufen. Folgende Dinge unterstützen Sie, das seelische Gleichgewicht zu stärken:

- Strukturieren Sie Ihren Tag, indem Sie z. B. Essens- und Arbeitszeiten festlegen.
- Tun Sie Dinge, die Ihnen guttun, z. B. ein Buch lesen oder Zeichnen.
- Pflegen Sie Kontakte, z. B. über Telefon, Videochat oder soziale Medien.
- Informieren Sie sich über die aktuelle Situation ganz gezielt, z. B. nur zu bestimmten Tageszeiten.
- Verlässliche, seriöse und laufend aktualisierte Informationen zum Coronavirus, aktuelle FAQ und Hygienetipps finden Sie auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.infektionsschutz.de und www.bzga.de
- Nutzen Sie professionelle Hilfe bei akuter Belastung.

Nähere Informationen zur psychischen Gesundheit in der Corona-Zeit finden Sie hier.

Erkundigen Sie sich, wenn Sie Fragen haben!

Die derzeitige Situation wirft gerade bei Personen mit chronischen Erkrankungen viele Fragen auf, wie „Ist meine ärztliche Versorgung weiterhin gesichert?, „Bekomme ich nach wie vor meine Medikamente?“, „Wie sieht es aus, wenn ich eine Blutkonserve benötige?“ oder „Kommt mein Pflegedienst noch zu mir nach Hause? “.

Bleiben Sie bei solchen Fragen mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt in Kontakt. Sprechen Sie auch mit den ambulanten Pflegedienstleitungen und bitten Sie diese, Sie über die aktuelle Situation auf dem Laufenden zu halten.