Information - Ordination Dr. Freynhofer

Liebe Neustadtlerinnen und Neustadtler!

Der erste große Schock über die Coronavirus-Pandemie ist vorbei. Es ist ganz wichtig, dass wir jetzt nicht nachlassen, sondern uns weiterhin konsequent an die verordneten Maßnahmen halten. Wir möchten Ihnen daher hier Informationen und Empfehlungen geben und einen Überblick über vorübergehende Änderungen in unserer Praxis - damit wir alle gut durch diese nächsten Wochen kommen.

Was ist das Coronavirus und wie wird es übertragen?

Das Coronavirus (SARS-CoV2) ist ein neuartiges Virus, das eine hochansteckende Lungenerkrankung - COVID-19 genannt - verursacht. Die Krankheit zeigt sich meistens durch plötzlich auftretenden Husten, Fieber und Atembeschwerden. Dabei sind aber Schwere und Verlauf der Krankheit von Mensch zu Mensch verschieden. Bei manchen verläuft die Krankheit so leicht, dass sie gar nichts davon merken. Bei anderen verläuft COVID-19 so schwer, dass sie auf der Intensivstation behandelt werden müssen und dort leider oft auch versterben. Menschen mit Vorerkrankungen und Menschen höheren Alters haben ein höheres Risiko für schwere Verläufe.

Das Virus wird hauptsächlich über die Atemwege übertragen. Beim Husten, Niesen, Sprechen geben Infizierte Viren an die Umgebung ab. Ist jemand in nächster Nähe und atmet diese Viren ein, beginnen diese sich z.B. in der Nasenschleimhaut zu vermehren. Ob diese Übertragung tatsächlich stattfindet, hängt von einer Reihe von Faktoren ab:
Je näher man einer erkrankten Person ist, je länger man mit ihr in Kontakt ist und je mehr Viren die erkrankte Person ausstößt, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit einer Ansteckung. Je mehr Abstand, je kürzer der Kontakt und je geringer die Konzentration der Viren, desto geringer die Wahrscheinlichkeit der Ansteckung.

Seltener werden Coronaviren auch über Berührung übertragen. Das passiert etwa, wenn eine erkrankte Person sich in die Hand niest oder hustet, dann diese Hand einer anderen Person reicht und diese zweite Person sich dann an Augen, Nase oder Mund berührt. So gelangen die Viren auf die Schleimhäute der gesunden Person und fangen an, sich dort zu vermehren. Coronaviren können auf Oberflächen unterschiedlich lange – bis zu drei Tage nach aktuellem Wissensstand - überleben, aber gründliches Händewaschen mit Seife oder Desinfizieren kann sie beseitigen.

Was sind die wichtigsten Verhaltensmassnahmen aus medizinischer Sicht?

Abstand halten!

- Abstand halten: 1,5 – 2 Meter Abstand halten ist die wichtigste Maßnahme, weil Coronaviren in der Regel über die Atemluft nicht über mehr als zwei Meter hinweg übertragen werden können.

- Kontakte einschränken: Diese Maßnahme soll die Häufigkeit von Kontakten zwischen Menschen verringern und damit die Geschwindigkeit reduzieren, mit der sich das Coronavirus verbreitet.
- Mund-und-Nasen-Schutz: Das Tragen eines einfachen Mund-und-Nasen-Schutzes soll vor allem verhindern, dass Personen, die COVID-19 infiziert sind, aber keine Krankheitszeichen haben, Viren mit der Atemluft abgeben und somit Mitmenschen anstecken.
- Hygiene: Hust- und Niesetikette – das heißt in ein Einmal-Papiertaschentuch oder den Ellenbogen niesen oder husten, nicht in die Handfläche oder ins Freie – das Vermeiden von Händeschütteln, häufiges Händewaschen mit warmem Wasser und Seife oder auch Desinfektion wirken einer Übertragung von Viren über Luft und Berührung entgegen.

Was ist die Aufgabe unserer Arzt-Praxis in der Situation?

Unsere Aufgabe in der Situation ist, die medizinische Grundversorgung aufrecht zu erhalten. Das heißt, wir müssen dafür sorgen, dass Sie weiterhin mit lebenswichtigen Medikamenten versorgt sind und dass Sie betreut werden, wenn Sie ein dringendes medizinisches Problem haben.

Die Kassen-Ordinationen in Österreich - wie die unsere - sind nicht vorgesehen und nicht ausgestattet dafür, Tests zur Feststellung von COVID-19 durchzuführen, und auch nicht COVID-19 Patienten zu behandeln.

Um unserer Aufgabe nachkommen zu können muss die Ordination daher Corona-frei sein und bleiben!

Denn:

- wir müssen gerade Menschen mit schwereren, unaufschiebbaren gesundheitlichen Problemen vor jeglicher Ansteckungsgefahr in der Praxis schützen.
- die Ordination kann nur weiter funktionieren, wenn wir unser Team vor Ansteckung bewahren.

Aus diesem Grund haben wir seit Beginn der Corona-Pandemie einige Änderungen vorgenommen:

- Wir führen im Moment nur die medizinisch allernötigsten Untersuchungen und Behandlungen durch. Wann immer medizinisch vertretbar und möglich, finden Gespräche und eventuell nötige Krankschreibungen auch per Telefon oder Video-Anruf statt.
- Patienten dürfen die Ordination nur noch betreten, wenn sie davor telefonisch einen Termin vereinbart haben.
    - Das gibt uns einerseits die Möglichkeit, bei jedem Anrufer und jeder Anruferin abzufragen, ob irgendein Verdacht auf COVID-19 bestehen könnte. Falls ja, bekommt der Anrufer oder die Anruferin keinen Termin in der Ordination, sondern wird weitervermittelt oder telefonisch betreut.
    - Andererseits können wir durch die Terminvergabe – selbst für die Abholung von Medikamenten oder Überweisungen – steuern, dass Aufenthalte kurz und nie zu viele Menschen auf einmal in der Ordination sind.

- Vor und in der Ordination fordern wir Patienten dazu auf:
    - Abstand zu halten,
    - die Ordination nur einzeln und nach Aufruf zu betreten,
    - die Hygienemaßnahmen einzuhalten und
    - Gespräche, die „nur“ der Unterhaltung dienen, zu unterlassen (oder sie zumindest außerhalb der Ordinationsräume, im Freien, und mit Sicherheitsabstand zu führen).
- Zum Schutz Ihrer Mitmenschen bitten wir Sie, auch in der Ordination möglichst einen Mund-und-Nasenschutz zu tragen.
- Zum Schutz unserer Mitarbeiterinnen bitten wir Sie, den Aufenthalt in der Praxis so kurz wie möglich zu halten.

Wie kommen wir durch die Krise?

All die erwähnten Änderungen in der Praxis sollen vor allem auch dazu dienen, dass Sie sich vor Ansteckung sicher fühlen können, wenn Sie ein dringendes medizinisches Anliegen haben und in die Praxis kommen (wie gesagt, nur nach telefonischer Abklärung).

Für die Patientengruppen, die wir in dieser Zeit besonders schützen müssen – ältere Menschen und Menschen mit Vorerkrankungen – haben wir aber auch noch folgende Angebote:

- Medikamente können von den jüngeren und gesunden Familienmitgliedern für mehrere Menschen im Familienverband abgeholt werden.
- Bei Bedarf und nach Absprache stellen wir dringend benötigte oder Dauermedikamente nachhause zu.
- Statt regelmäßiger Therapiegespräche und Kontrollen in der Praxis, können regelmäßige Telefon- oder Video-Sprechstunden vereinbart werden.

An COVID-19 erkrankte Patienten können wir nur telefonisch oder per Video-Sprechstunde begleiten.

Wenn wir in diesen Zeiten alle Abstand halten, halten wir zusammen!

Herzlich,

Dr. Freynhofer und Team

Hinweise zum Mund-und-Nasen Schutz

Wie erwähnt sollen Mund-Nasen-Schutzmasken vor allem verhindern, dass beim Husten, Niesen und auch beim Sprechen Speicheltröpfchen großflächig verteilt werden. Verwendet werden können Einweg Mund-und-Nasen Schutzmasken, oder auch Stoffmasken. Man sollte immer darauf achten, dass der Mundschutz gut sitzt und eng anliegt. Außerdem soll jeder seine eigene Maske verwenden und diese nicht mit anderen teilen.

Da Schutzmasken jeder Art im Moment in Österreich noch Mangelware sind, ist es sinnvoll, Masken wieder zu verwenden. Dafür sind aber wichtige Regeln beim Anlegen, Ablegen und der Aufbewahrung einzuhalten. Bei Durchfeuchtung sollte die Maske jedenfalls durch einen neuen, sauberen und trockenen Schutz ersetzt werden. Mundschutz muss vor der Wiederverwendung entweder gut gewaschen oder zumindest gut getrocknet werden. Beschriften Sie Ihre Maske, damit Sie sie nicht mit anderen vertauschen.

Grafik: APA/ORF.at; Quelle: APA

Wird eine Maske mehrmals verwendet, muss sie nach dem Abnehmen, frei - ohne Berührung anderer Gegenstände - zum Trocknen aufgehängt werden. Erst danach werden die Hände gewaschen. Beim Wiederanlegen ist besonders darauf zu achten, dass die Maske nur an den Bändern berührt wird. Direkt nach dem Aufsetzen, und bevor irgendwelche anderen Tätigkeiten begonnen werden, sollten die Hände gründlich gewaschen werden. Stoffmasken kann man in der Waschmaschine waschen (bei 60 bis 90 Grad), danach gut trocknen, und dann wiederverwenden.