

# Aufklärung Pandemie

**Pandemie** = sich weit ausbreitende, ganze Landstriche, Länder erfassende Seuche; Epidemie großen Ausmaße = Ausbreitung einer Infektionskrankheit

**Corona** = Atemwegserkrankung = wird durch Tröpfcheninfektion verbreitet

## Umgang mit dem Kind

- **Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber** und finden Sie heraus, wie viel es über dieses Thema weiß. Es ist wichtig, dass sie die Sorgen Ihrer Kinder ernst nehmen und nicht verharmlosen
- **Erklären Sie kindgerecht worum es sich handelt.** Sie als Eltern haben die Verantwortung Ihr Kind aufzuklären. Webseiten des Robert-Koch-Instituts, UNICEF, WHO veröffentlichen Infos zum Coronavirus. Manche Infos aus dem Internet oder WhatsApp sind nicht korrekt, sog. Fakenews. YouTube: Erklärungs-Videos für Kinder.

## Maßnahmen

### Wie schütze ich mich und andere?

- Regelmäßig Hände waschen, mind. Einmal pro Stunde für mind. 20 Sekunden (2 Mal Happy Birthday singen), mit Seife, desinfizieren
- Handtücher und Waschlappen täglich auswechseln mind. Bei 60 Grad waschen
- Taschentücher nur einmal benutzen
- Veranstaltungen meiden (Geburtstage, etc.)
- Risikogebiete meiden
- Finanzielles Budget achten → keine Hamsterkäufe
- Beim Husten oder Niesen in den Ellenbogen
- Soziale persönliche Kontakte meiden (Kontakt zu Freunden und Verwandten z.B. über Telefon)
- Nach Draußen (nur in Ihrer Familie, nicht mit Freunden) gehen aber Ausweichen auf Flächen mit wenigen Menschen
- Kartenzahlung statt Bargeldzahlung
- Kontakt zu älteren Menschen (Großeltern) → Stattdessen (video-)telefonieren
- Winken statt Händedruck
- Nicht ins Gesicht fassen
- In beheizten Räumen häufig Stoßlüften
- 1,5 Meter Abstand halten zu anderen Personen

### Gegenseitige Rücksichtnahme

- Keine Hamstereinkäufe, es ist genug für alle da
- Keine Ausgrenzung / Mobbing → nicht die Straßenseite wechseln, wenn ein Kind entgegenkommt, keine Ausgrenzung von asiatisch aussehenden Menschen
- Situation ernst nehmen aber keine Panik verbreiten
- Ehrenamtliche Arbeit (ältere Menschen helfen → für sie einkaufen gehen, etc.)

### Symptome

Fieber, trockener Husten, Abgeschlagenheit, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Auswurf, verstopfte Nase, Halskratzen, Atemnot, Durchfall, blutiger Husten, Übelkeit, Erbrechen, Schüttelfrost, Muskel- und Gelenkschmerzen

- ➔ Bei Unsicherheiten bitte telefonischer Kontakt zum Gesundheitsamt (116117 Bereitschaftsdienst, 03601/802222 Gesundheitsamt)

### Gefährdete Personen

- Ältere Menschen ab 50 / 60
- Vorerkrankte
  - Menschen mit Herz-Kreislauferkrankungen und Autoimmunerkrankungen
  - Diabetiker
  - Menschen mit Erkrankungen des Atemsystems, der Leber und der Nieren
  - Krebserkrankte
- Risiko steigt für Raucher
- Menschen mit Immunschwäche
- Schwangere und Kinder haben **kein** erhöhtes Risiko an Corona zu erkranken