

Liebe Eltern,



die telefonischen Anfragen mit Fragen zu Covid-19 boomen. Hier haben wir die wichtigsten Fragen und Antworten nach heutigem Stand und Wissen zusammengestellt (04.05.2020).

Was ist das wirksame Mittel, um sich vor einer Infektion zu schützen?

Es gelten hier die gleichen Hygienemaßnahmen wie bei grippalen Infekten. Somit:

- gründliches Händewaschen
- herkömmliches Desinfektionsmittel
- Händeschütteln, Umarmungen und Küsschen sollten vermieden werden (mittlerweile ja selbstverständlich)
- man denke auch an die Hustenetikette.
- Ein Abstand (mind. 1,5m) zu anderen Menschen sollte eingehalten werden,
- Mund-Nasenmasken können ebenfalls das Infektionsrisiko mindern. Hierzu muss die Maske aber korrekt getragen werden, was im Kindesalter teilweise schwierig ist (siehe unten)
- Während FFP2- und FFP3-Masken vor allem den Träger der Maske schützt, reduzieren Papiermasken und selbstgefertigte Stoffmasken die Übertragung der Viren.
- Die von der Politik vorgegebenen Richtlinien müssen eingehalten werden.

Wie steht es um Schwangere, Babys und Kinder ?

Nach bisherigem Kenntnisstand kann man weiterhin davon ausgehen, dass Kinder einen weniger schweren Verlauf der Erkrankung erleben als Erwachsene und vermutlich auch seltener erkranken. Auch Schwangere werden nicht zur Risikogruppe gezählt.

Aber was ist, wenn mein Kind eine chronische Erkrankung wie z.B. Asthma bronchiale, Diabetes oder einen Herzfehler hat? Darf es denn nach Öffnung die Schule oder den Kindergarten wieder besuchen.

Auch Kinder mit **chronischen Erkrankungen** werden **im Gegensatz zu Erwachsenen in der Regel nicht zu den Risikopatienten** gezählt, hier sind sich die Fachgesellschaften der Kinderheilkunde einig. Hierunter fallen Kinder und Jugendliche mit einem kontrollierten **Asthma bronchiale**, aber nach momentanem Stand des Wissens auch Kinder mit **Lungenfehlbildungen, cystischer Fibrose** und anderer Lungenerkrankungen, sofern sie einen stabilen Verlauf haben (siehe auch GPP (Gesellschaft für pädiatrische Pneumologie) und GPA (Gesellschaft für pädiatrische Allergologie). Auch Kinder und Jugendliche mit **Diabetes mellitus Typ I** (siehe auch AGPD (Arbeitsgemeinschaft pädiatrische Diabetologie)) oder unkomplizierten **Herzkrankungen** ohne Einschränkungen (siehe auch DGPK (Deutsche Gesellschaft für pädiatrische Kardiologie)) werden **nicht** zu den Risikogruppen gezählt. **Somit können alle oben genannten Kinder bedenkenlos Kindergarten/Kita und Schule besuchen.**

Bei **instabilen Verläufen** oder **nichtkontrolliertem Asthma** sowie bei Kindern mit **eingeschränkter Herzfunktion** oder Herzkomplikationen ist das **Risiko fraglich**, hier sollte im Einzelfall mit uns oder einem anderen spezialisierten Kollegen besprochen werden, welche Maßnahmen notwendig und sinnvoll sind.

Speziell bei Asthma bronchiale oder allergischen Erkrankungen: Es gibt keine Hinweise, dass eine Behandlung mit topischen nasalen oder inhalativen Steroiden ein Risiko für eine schwer verlaufende COVID-19-Erkrankung darstellen. Im Gegenteil: eine gute Asthmakontrolle ist wichtig, um das Risiko virusbedingter Krankheitsverschlechterungen zu reduzieren.

Wie sieht es denn aus mit dem Tragen einer Maske?

Die Fachgesellschaften empfehlen das regelmäßige Tragen einer Maske **frühestens ab 6 Jahren** bzw. im Schulalter zu erwägen, wobei beachtet werden muss, dass dies keinen Zwang darstellen darf, gerade bei jüngeren Schulkindern unter 10 Jahren. Nicht angewendet werden sollten Masken bei schlafenden Kindern und bei Kindern, welche die Maske nicht selbstständig entfernen können (hierzu darf sie natürlich auch nicht fixiert werden). Im Gegensatz zu Masken können Kinder auch in jüngerem Alter bereits an anderen Maßnahmen der Verminderung der Infektionsausbreitung teilnehmen (z.B. korrektes Händewaschen mit Seife, Hustenetikette). An COVID-19 Erkrankte sollen weiterhin zu Hause isoliert werden. Das Tragen von Mund-Nasen-Masken ist für Kinder mit kontrolliertem und gut eingestelltem Asthma über 6 Jahren keine Gefahr und keine zusätzliche Belastung. Selbstverständlich darf die Maske bei Atemnot abgesetzt werden. Es gibt keine Hinweise für eine CO₂-Retention. Theoretisch sollte durch das Tragen von Mund-Nasen-Masken bei Pollenallergikern die Pollenexposition gesenkt werden.

Was passiert im Körper eines Infizierten ?

Die Viren gelangen erst in den Rachenbereich, dann evtl. auch in die Lunge. Das körpereigene Immunsystem bildet, genau wie bei anderen Viruserkrankungen, sehr wirksame Gegenmaßnahmen (= Antikörper). Nach ca. 8 Tagen können diese das Virus neutralisieren. Nach Durchlaufen der Infektion wird der Patient in der Regel wieder gesund. Nach einer durchgemachten Erkrankung ist man dann wahrscheinlich und zumindest über eine gewisse Zeit immun hiergegen. Gefährdet für schwerere Krankheitsverläufe sind v.a. erwachsene Patienten mit Vorerkrankungen im Bereich der Lungen oder des Herzens, ältere Menschen oder immungeschwächte Patienten.

Welche Beschwerden / Symptome hat mein Kind durch diese Coronavirus-Infektion ?

Die Beschwerden ähneln einer Grippe-Infektion: Husten, Fieber, Erkältungszeichen, Schnupfen, Kratzen im Hals, ggf. auch Atemnot. Sie kennen alle diese Symptome, sie sind bei Kindern sehr häufig und in aller Regel ja auch harmlos. Anhand der Symptomatik kann man also nicht erkennen, ob eine Coronavirus-Infektion vorliegt oder eine andere Virusinfektion.

Wie kann das Abwehrsystem meines Kindes gestärkt werden ?

Wenn ihr Kind immer wieder Infekte durchläuft, krank und dann wieder gesund wird, hat es eine gut funktionierende Abwehr, ein gutes Immunsystem. Die gängigen Infekte aus dem Kindergarten sind sogar positiv für das Kind, sie stimulieren, trainieren und stärken das Immunsystem. Das Kind wird dadurch immunkompetent. Zusätzlich können sie noch folgendes tun:

- In der Wohnung und im Auto grundsätzlich nicht rauchen
- die Wohnung regelmäßig ausreichend lüften
- die Raumtemperatur im Schlafraum des Kindes auf 16 - 18 °C drosseln (Fenster kippen)
- täglich für 30 bis 60 Minuten mit Ihrem Kind an die frische Luft gehen
- Bewegung fördern; Lungen und Muskeln müssen aktiv sein
- abwechslungsreiche, bunte Ernährung mit ausreichend Obst, Gemüse, Vollkornprodukte und etwas Fleisch
- ausreichend Schlaf und Erholungsphasen
- für die älteren Kinder: sogenannte roborierende Maßnahmen wie Wechselduschen, kalte Fußbäder etc., dies aber eher in der warmen Jahreszeit
- für eine gesunde Psyche sorgen: d.h. das Kind soll fröhlich und mit Vertrauen aufwachsen, mit Spielen, Schmusen, Umarmen, Lachen, Erzählen, Zeit haben,... aber das machen sie ja sowieso

Wichtig für unsere Praxis:

- Für die Gesundheit und Entwicklung ihrer Kinder sind Vorsorgen und Impfungen, aber auch die Kontrolluntersuchungen sehr wichtig und sollten wahrgenommen werden. Wir haben viele hygienische Maßnahmen umgesetzt, um Sie und Ihre Kinder effektiv vor Erkrankungen zu schützen.
- Achten Sie darauf, daß möglichst wenige Begleitpersonen mit in die Praxis kommen und besser nicht die Großeltern.
- Das Beibehalten der bekannten Hygienemaßnahmen. Dazu gehört auch die Empfehlung für die Eltern, in der Praxis einen Mund-Nasenschutz zu tragen.

Weitere Informationen:

Risikogebiete: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html

Antworten auf häufig gestellte Fragen zum neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2 (BZgA):

https://www.kbv.de/media/sp/Merkblatt_Infektionsschutz_Coronavirus.pdf

Allgemeine Informationen vom Robert-Koch-Institut, RKI:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html

Info vom Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg: https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Startseite/aktuelles/Termine_Hinweise/Seiten/Coronavirus.aspx

Infos vom Bundesministerium für Gesundheit: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>