



Deutschsprachige
Medizinische
Gesellschaft für
Paraplegiologie



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Stand 2.4.2020

Informationen für Menschen mit Querschnittslähmung zum Corona-Virus

Der Kampf gegen die Weiterverbreitung des Corona-Virus SARS-CoV-2 (SARS steht für schweres akutes Atemwegssyndrom), das die COVID-19 Pandemie (Corona Virus Disease, erstes Auftreten: 2019) ausgelöst hat, beherrscht derzeit das Leben nahezu aller Menschen.

Wir wollen an dieser Stelle in Kurzfassung über die Verbreitung, Prävention und Risiken für Menschen mit Querschnittslähmung informieren.

Corona-Virus

Das neuartige Virus wird nach heutigem Wissenstand von Mensch zu Mensch über Tröpfcheninfektion übertragen. Somit ist eine Übertragung im Besonderen durch Niesen und Husten, aber auch über Schmierinfektion (Kontakt Nase – Hände – Hände – Nase) möglich.

Auf Oberflächen kann das Virus bis zu 9 Tagen überleben, wobei es nach heutigem Kenntnisstand vermutlich nur 4-5 Tage ansteckend ist (BfR). Glücklicherweise kann die Gefährdung durch das Virus in diesem Bereich durch regelmäßiges Händewaschen mit Seife deutlich reduziert werden, da das Virus durch fettlösende Mittel (Seife) zerstört wird.

Krankheitssymptome

Der Krankheitsverlauf kann variieren von fast symptomlosen Infektionen (ca. 80%) bis zu schweren Erkrankungen (ca. 20% wovon ca. 5% intensivpflichtig werden) mit schwerer Pneumonie, akutem Atemnotsyndrom, septischem Schock und Multiorganversagen. Die Infektion kann je nach Schwere des Krankheitsverlaufs von 2 bis 6 Wochen dauern.

Die Inkubationszeit beträgt durchschnittlich 5-6 Tage, kann sich aber auch bis auf 14 Tage ausdehnen (daher liegt die Dauer der Quarantäne derzeit bei 14 Tagen).

Die häufigsten Symptome basierend auf knapp 56.000 Infektionsfälle (laut WHO):

Fieber	87,9 %
Trockener Husten	67,7 %
Chronische Erschöpfung (Fatigue)	38,1 %
Auswurf (Aushusten von Schleim)	33,4 %
Kurzatmigkeit	18,6 %
Halsschmerzen, Kopfschmerzen, Muskel – und Gelenkschmerzen, Schüttelfrost	10,0 -15,0 %
Übelkeit, Erbrechen, Schnupfen, Durchfall	unter 5,0 %

Einschränkungen des Geruchs- und Geschmackssinns werden ebenfalls beschrieben.

Risiko

Ob und welche Menschen mit Querschnittslähmung ein besonderes Risiko haben zu erkranken und ob sich der Krankheitsverlauf bei ihnen von dem bei anderen Patientengruppen unterscheidet, wissen wir nicht.

Aufgrund der Erfahrungen mit anderen Infektionserkrankungen müssen wir jedoch davon ausgehen, dass mit der Einschränkung durch die Rückenmarksschädigung und dem Alter der Betroffenen das Risiko steigt.

Aufgrund der vielfach bestehenden Einschränkung der Atemfunktion dürfte das Risiko für Tetraplegiker größer sein als für Paraplegiker; exakte wissenschaftliche Aussagen existieren hierzu noch nicht.

Da COVID-19 vor allem die Lungenfunktion beeinträchtigt, ist eine bestehende eingeschränkte Atemfunktion ein zusätzlicher Risikofaktor.

Therapie

Da es sich um ein neuartiges Virus handelt, können nur Symptome behandelt werden. Es gibt keine ursächliche medikamentöse Therapie, umso wichtiger ist die Prävention. Hier treffen für Menschen mit Querschnittlähmung die gleichen Maßnahmen zu wie für die allgemeine Bevölkerung.

Pneumokokkenimpfung

Die Pneumokokken-Impfung schützt nicht vor COVID-19. Allerdings können Pneumokokken-Infektionen zu schweren Lungenentzündungen und Sepsis führen und die Versorgung der Patienten auf einer Intensivstation ggf. mit Beatmung erfordern. Dies gilt es gerade bei einem ohnehin schon stark belasteten Gesundheitssystem zu vermeiden (RKI).

Persönliche Schutzmaßnahmen

- Social Distancing“: möglichst zu Hause bleiben und mit wenig Menschen persönlichen Kontakt haben. Hierzu auch die Anweisungen der einzelnen Bundesländer beachten.
- Abstand halten: 1,5 - 2 Meter
- Vermeiden Sie Berührungen (kein Händeschütteln, keine Umarmungen)
- Vermeiden Sie das Berühren von Mund, Augen und Nase mit den Händen
- Husten oder Niesen: soweit möglich, in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, das anschließend entsorgt wird
- Hände regelmäßig und ausreichend lange (mind. 20 Sekunden) mit Wasser und Seife waschen - auch nach Niesen, Husten oder Naseputzen.
- Wenn Sie durch Drittpersonen versorgt werden, achten Sie darauf, dass diese Personen die Hygienemaßnahmen genauso einhalten und bei Bedarf auch Mundschutz und gegebenenfalls Handschuhe tragen.

Mund-Nasenschutz

Wenn sich eine an einer akuten respiratorischen Infektion erkrankte Person im öffentlichen Raum bewegen muss, kann das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (MNS) oder einer alternativen, ggf. textilen Barriere im Sinne eines MNS durch diese Person sinnvoll sein (Schutz der Mitmenschen).

Für die optimale Wirksamkeit ist es wichtig, dass ein Mund-Nasen-Schutz korrekt sitzt (d.h. eng anliegend getragen wird), bei Durchfeuchtung gewechselt wird, und dass während des Tragens keine (auch keine unbewussten) Manipulationen daran vorgenommen werden.

Arbeit

- Wenn möglich vom Homeoffice aus – ansonsten nur notwendige Treffen so kurz wie möglich.
- Öffentliche Verkehrsmittel können durch zusätzliche Kontakte problematisch sein.
- Wenn Sie grippeähnliche Krankheitssymptome oder Atemwegssymptome haben, bleiben Sie zu Hause und kontaktieren Sie Ihren Hausarzt telefonisch.
- Wenn Sie als Peer aktiv sind nutzen Sie ausschließlich Video-/Telekommunikationsmöglichkeiten (Telefon, Skype, Zoom, WhatsApp, Facetime etc.).

Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Arztbesuche.

- Verzichten Sie auf Therapiemaßnahmen, wenn nicht von Ihrem Arzt eine unbedingte medizinische Notwendigkeit festgestellt wird.
- Verschieben Sie Arzttermine, die zur Kontrolle dienen, wenn Sie nicht akut erkrankt sind.

Hilfsmittel und Medikamente

- Organisieren Sie die Versorgung mit den von Ihnen benötigten Hilfsmitteln und Medikamenten rechtzeitig.
- Wenn Ihnen das Desinfektionsmittel ausgegangen ist und nicht geliefert werden kann, finden Sie für das Katheterisieren hier Alternativen auf Seite 13 [Leitlinie Intermittierender Katheterismus](#)

Was tun bei Verdacht auf ...

Wenn Sie sich krank fühlen (Fieber, Husten, grippeähnliche Symptome oder Atemwegssymptome), dann wenden Sie sich telefonisch an Ihren Hausarzt, Betriebsarzt bzw. das regional zuständige Gesundheitsamt. Dort wird man Sie über das weitere Vorgehen und insbesondere über die Notwendigkeit einer Testung auf SARS-CoV-2 informieren.

Ausfall von Betreuungs- oder Pflegepersonen

Wenn Sie auf Assistenz, fremde Hilfe, Pflege und Betreuung angewiesen sind: Es kann sein, dass Ihre Hilfsperson erkrankt oder in Quarantäne gestellt wird. Daher ist es wichtig, dass Sie sich im Vorfeld Gedanken machen, wie Sie in diesem Fall versorgt werden können. Kontaktieren Sie ihren behandelnden Arzt, ihr betreuendes Querschnittgelähmten-Zentrum, den Kostenträger oder das Gesundheitsamt, wenn Ihre Pflege nicht mehr gewährleistet ist und Sie keine alternative Versorgung bekommen können.

Weitere Informationen

Lassen Sie sich durch die Vielzahl der Informationen, die über alle Medien verbreitet werden nicht verunsichern, sondern nutzen Sie verlässliche Informationsquellen:

- [Informationen des Robert Koch Instituts](#)
 - [COVID-19](#)
 - [Antworten auf häufig gestellte Fragen](#)
 - [Risikogruppen](#)
- [Informationen des Bundesgesundheitsministerium](#)
- [Bundesinstitut für Risikobewertung \(BfR\): Einschätzung Übertragbarkeit über Gegenstände und Lebensmittel](#)
- [Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung \(BZgA\)](#)
- Österreich: [Coronavirus](#)
- Schweiz [Neues Coronavirus \(Informationen des Bundesamts für Gesundheit \(Schweiz\)\)](#)
- Hygienemaßnahmen für Querschnittgelähmte: https://backend.paraplegie.ch/sites/default/files/2020-03/v1_handhygiene_fuer_personen_mit_querschnittlaehmung-20200325_ieh_-_kopie_0.pdf

Literatur

BfR: <https://www.bfr.bund.de/cm/343/kann-das-neuartige-coronavirus-ueber-lebensmittel-und-gegenstaende-uebertragen-werden.pdf> Abruf 24.3.2020

Lungenärzte: <https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/covid-19/symptome-krankheitsverlauf/>

RKI : https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html Abruf 24.3.2020

WHO : [Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\)](#). (PDF; 1,6 MB) 16–24 February 2020. Weltgesundheitsorganisation (WHO), 28. Februar 2020, abgerufen am 24.3.2020.