



Unterweisung im Rahmen der Coronavirus SARS-COV-2 Pandemie als Vorgabe der Corona-Arbeitsschutz-Verordnung

Was ist COVID-19?

Coronaviren sind seit Jahrzehnten bekannt. Seit dem Jahreswechsel 2019/2020 zirkuliert weltweit ein neuartiges Coronavirus, das SARS-Coronavirus-2 (SARS-CoV-2), welches der Erreger der Krankheit COVID-19 (Corona Virus Disease 2019) ist.

Zu den häufigen Krankheitszeichen von COVID-19 zählen trockener Husten, Fieber, Atemnot sowie ein vorübergehender Verlust des Geruchs- und Geschmackssinnes. Ein allgemeines Krankheitsgefühl mit Kopf- und Gliederschmerzen, Halsschmerzen und Schnupfen ist auch möglich. Zu den selteneren Symptomen gehören Magen-Darm-Beschwerden, Bindehautentzündung und Lymphknotenschwellungen. In seltenen Fällen sind Folgeschäden am Nerven- oder Herz-Kreislaufsystem sowie langanhaltende Krankheitsverläufe möglich. Obwohl ein milder Verlauf der Krankheit häufig ist und die meisten Erkrankten vollständig genesen, kommen auch schwere Verläufe beispielsweise mit Lungenentzündung vor, die zum Tod führen können. Selten kann das sogenannte „Long Covid“ Syndrom bei an Covid-19 erkrankten Personen auftreten. Dabei kann es zu anhaltenden Symptomen wie Erschöpfungszustände, anhaltende Atemnot oder ggf. neurologische Symptome kommen.

Insbesondere Kinder und Jugendliche haben zumeist milde Krankheitsverläufe; schwere Verläufe sind in dieser Altersgruppe selten und kommen meist bei bestehenden Vorerkrankungen vor.

Wie wird Covid-19 übertragen?

Covid-19 ist eine Tröpfcheninfektion, d.h. das Virus wird über Tröpfchen und Aerosole von Mensch zu Mensch übertragen. Die Tröpfchen oder Aerosole werden direkt über die Schleimhäute der Atemwege (Mund/Nase) aufgenommen. Selten findet eine Übertragung indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut in Kontakt kommen, statt. Die Inkubationszeit beträgt in der Regel 2 bis 14 Tage. Die Infektiosität (Ansteckungsrisiko) ist 48h vor Symptombeginn und 72h danach am höchsten. Geimpfte infizierte Personen können das Virus prinzipiell auf andere Personen übertragen, jedoch in deutlich geringerem Ausmaß als bei Ungeimpften.



Virusvarianten:

Seit Beginn der Zirkulation von SARS-CoV-2 gibt es Veränderungen an dem Erbgut des Erregers. Diese kann zu Änderungen der Erregereigenschaften führen, welche sich in z.B. einer geänderten Übertragungswahrscheinlichkeit, Änderung der Krankheitsverläufe widerspiegeln.

Maßnahmen zur Prävention:

Um der Infektion vorzubeugen haben sich einige Verhaltensregeln, die sogenannten AHA-L Regeln etabliert. Diese sind im Einzelnen:

- **A**bstand halten (1,5m),
- **H**andhygiene befolgen
- **A**temschutzmasken tragen
- **L**üftungsgebot in geschlossenen Räumen

Des Weiteren wird empfohlen, die Corona-Warn-App (A) zu nutzen. Die App benachrichtigt, wenn Begegnungen mit Personen stattgefunden haben, die mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 infiziert waren, und empfiehlt wichtige Verhaltensregeln. Zu allen AHA-L Regeln gibt es weitere detaillierte Ausführungen der Länder und Kommunen sowie auch der Arbeitgeber, die sich auf die Art der Masken, die Händedesinfektion und auch die Lüftungsregeln beziehen. Neben dem Vermeiden einer Infektion durch Beachtung der AHA + A + L-Regeln bietet die Impfung Schutz vor einem schweren Verlauf einer Covid-19 Erkrankung. Daten aus Zulassungs- und Beobachtungsstudien belegen, dass COVID-19-Impfstoffe SARS-CoV-2-Infektionen (symptomatisch und asymptomatisch) in einem hohen Maße verhindern. Die Daten aus Studien zeigen, dass alle verfügbaren COVID-19-Impfstoffe wirksam gegen schwere und tödliche Verläufe von COVID-19 sind.

Welche Impfstoffe sind in Deutschland zugelassen?

In Deutschland zugelassene Impfstoffe sind:

- Comirnaty von BioNTech/Pfizer
- Spikevax von Moderna,
- Spikevax bivalent von Moderna,
- Vaxzevria von AstraZeneca.
- Janssen von Janssen-Cilag International
- Nuvaxovid von Novavax
- VLA2001 von Valneva



Post Covid/Long-Covid

Krankheitssymptome, die länger als 4 Wochen nach der Infektion mit SARS-CoV2 bestehen, werden als „long-Covid“ bezeichnet.

Als „Post-COVID-Syndrom“ werden gesundheitliche Beschwerden definiert, die länger als 12 Wochen nach Infektion bestehen oder nach mehr als 12 Wochen neu auftreten und nicht anderweitig erklärbar sind.

Ein einheitliches Krankheitsbild lässt sich Post-Covid nicht zuordnen. Zu den häufig genannten Beschwerden (allein oder in Kombination) zählen Müdigkeit, Erschöpfung und eingeschränkte Belastbarkeit, Kurzatmigkeit, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Schlafstörungen, Muskelschwäche und -schmerzen sowie psychische Probleme wie depressive Symptome und Ängstlichkeit. Auch eine Verschlechterung der Lungenfunktion sowie Leber- und Nierenfunktionseinschränkungen, Herzmuskelentzündungen und das Neuauftreten eines Diabetes mellitus werden beobachtet.

Stand: September 2022