

Wussten Sie, dass...

...über 95 Prozent der Menschen mit Covid-19 einen milden Verlauf haben (ohne Hospitalisation), 30 Prozent sogar ohne Symptome (Prof. Dr. med. Phillip Tarr, Infektiologe Kantonsspital BL (PRIMARY AND HOSPITAL CARE – ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN 2020;20/12):377-382)).

...bei gut eingestellten Risikofaktoren (z.Bsp. Asthma, Diabetes, Bluthochdruck) die PatientInnen beruhigt werden können – ein schwerer Covid-19 Verlauf ist deswegen nicht zu erwarten (Prof. Dr. med. Phillip Tarr, Infektiologe Kantonsspital BL (PRIMARY AND HOSPITAL CARE – ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN 2020;20/12):377-382)).

Schon im April wurden die Risiko-Kategorien für Erwachsene deutlich eingeschränkt. Die entsprechende Liste war schwierig zu finden (Der Bundesrat > Bundesrecht > >COVID-19-Verordnung 2). Im Zusammenhang mit den Impfpfehlungen ist diese Liste der Kategorien besonders gefährdeter Personen wieder wichtig geworden. Sie ist zu finden in «Impfpfehlung für mRNA-Impfstoffe gegen Covid-19 (Stand 12.01.21)» von BAG und EKIF auf S. 8. Menschen mit gut eingestelltem Bluthochdruck, Diabetes oder Asthma werden nicht als wirkliche Risikopatienten betrachtet.

...auch Senioren über 80 Jahre in 9 von 10 Fällen nach Covid-19 wieder gesund werden.

...Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene durch SARS-CoV-2 kaum je gefährdet sind (Ausnahmen sind solche mit schwerer Immunschwäche), sie haben häufig wenig oder keine Symptome. Kinder sind nicht Treiber der Pandemie. Corona-Ausbrüche in Schulen mit einer Häufung von Infektionen über alle Klassen und Stufen hinweg gibt es nicht. (Ciao-Corona-Studie Uni ZH)

...Schulschliessungen den Kindern schadet, v.a. den eh schon benachteiligten, und die Pandemie nicht relevant beeinflussen (was in Deutschland zu sehen ist). Die Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) rät in einem Schreiben an den Bundesrat von einem Verbot des Präsenzunterrichts an obligatorischen wie weiterführenden Schulen ab. (NZZ 21.01.21)

...SARS-CoV-2 am ansteckendsten ist bei Symptombeginn und ein bis zwei Tage davor – nach Symptombeginn nimmt die Ansteckungsgefahr und die Viruslast im Nasopharynx sukzessive ab (PRIMARY AND HOSPITAL CARE – ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN 2020;20/12):377-382).

...das postvirale Syndrom auch nach anderen schweren Virusinfektionen vorkommen kann. Die Erschöpfung und die Atemnot etlicher Post-Covid-Patienten sind nicht objektiv nachweisbar. (NZZ 16.1.2021)

...sehr viele Menschen Covid-19 schon gehabt haben (in der Schweiz über 500'000 positiv Getestete, die effektive Zahl ist um ein Vielfaches höher).

...Menschen mit durchgemachter Covid-19-Infektion und Menschen mit positiven Corona-Antikörper in den allermeisten Fällen vor einer erneuten Infektion mit SARS-CoV-2 geschützt sind (in der gleichen Saison) ([Lumley et al, online 23.12.20](#)). Diese Menschen zu impfen oder in die Quarantäne zu schicken ist ohne Evidenz (Prof. Dr. med. Pietro Vernazza, Jan 03, 2021, [infekt.ch](#))

...viele Viren (Influenza, Corona) ständig mutieren und gelegentlich vom Tier auf den Menschen überspringen können (Schweinegrippe, Vogelgrippe, SARS, MERS). Der natürliche Verlauf von Viren ist, dass sie durch zufällige Mutationen tendentiell infektiöser, aber weniger gefährlich werden.

...das Immunsystem des Menschen auch für neue Viren gewappnet ist.

...die neue Virusmutante aus Grossbritannien schon seit mindesten Anfang Dezember in der Schweiz nachgewiesen wurde. Sie soll etwas ansteckender sein, aber nicht gefährlicher. Falls diese Virusmutante wirklich eine grundlegend neue Situation darstellt, welche eine Strategieveränderung erfordert – nämlich Abweichen vom bisherigen massvollen «Schweizer Weg» hin zum Lockdown – müsste aufgrund des Verlaufs der Neuinfektionszahlen dies ersichtlich sein, was nicht der Fall ist.

...2020 mehr Menschen in der Schweiz gestorben sind als in den letzten Jahren (total 74'100), dass aber auch die Gesamt-Bevölkerung und der Anteil der Senioren zugenommen hat. (Analysen, Grafiken Covid-19 Schweiz - 18.01.2021)

...2020 das Sterberisiko für über 65 Jährige geringer war als in den Jahren 2015 (schwere Grippewelle) und 2013. (Analysen, Grafiken Covid-19 Schweiz - 18.01.2021)

...die beiden Wellen der SARS-CoV-2 Epidemien nicht der einzige Grund für die Erhöhung der Sterblichkeitsrate im Jahr 2020 sind. Zieht man nämlich die Zahl der mit oder an Covid-19 Verstorbenen von der Gesamtsumme der Todesfälle ab, zeigt sich in den beiden kritischen Phasen auch eine Übersterblichkeit bei Verstorbenen ohne Corona-Diagnose (Weltwoche Nr. 02.21). Gründe dafür sind infolge der Massnahmen verschobene Operationen oder Vorsorgeuntersuchungen, Verzicht auf körperliche Betätigung, Mangel an Lebensperspektive, Suizide etc.).

...der Bundesrat per 18.01.2021 gegen den Willen der Kantone und der Sozialpartner präventiv einschneidende Massnahmen verhängt hat (Ladenschliessungen, Home-Office-Pflicht) trotz deutlich rückläufigen Fallzahlen, Hospitalisationen, Todesfälle und R-Wert (NZZ 21.01.21).

...Deutschland trotz rigorosen, seit Wochen andauernden Lockdown-Massnahmen seit dem 07.01.2021 anteilmässig mehr Covid-19-Todesfälle verzeichnet als die Schweiz. (NZZ 21.01.21)

Wie Sie Ihr Immunsystem stärken können:

- Gesunde Lebensweise: ausgewogene Ernährung, täglich genügend Bewegung an der frischen Luft, kein Übergewicht, genügend Schlaf (mindestens 7 Stunden)
- Verzicht auf gesundheitsschädigende Substanzen (Rauchen, zu viel Alkohol)
- Vitamin-D-Substitution
- Echinacea-Einnahme prophylaktisch
- Freude, gute psychische Verfassung (Angst schwächt das Immunsystem)