



DAS CORONA-VIRUS UND WIE REAGIERE ICH MIT MEINER AYURVEDA PRAXIS

Das Bundesamt für Gesundheitswesen (BAG) hat zusammen mit den Kantonen entsprechende Massnahmen getroffen, um insbesondere die schnelle Ausbreitung des Virus zu verhindern. Diesen Massnahmen müssen auch wir als Ayurveda Fachpersonen Folge leisten. Neben der Isolierung von Kranken wurden auch die allgemein gültigen Hygienemassnahmen im Falle einer drohenden Pandemie in Erinnerung gerufen. Das BAG hält seit dem 30. Januar 2020 eine Coronavirus-Helpline in Betrieb und orientiert über die Homepage und anderen Kanälen über die laufende Entwicklung. (Link findet Ihr weiter unten im Text)

Übertragung und Typische Krankheitssymptome

Vermutet wird eine Übertragung der Viren über Tröpfchen oder kontaminierte Oberflächen bzw. Direktkontakt. Die Krankheitssymptome unterscheiden sich kaum von der saisonalen Grippe (Influenza).

- Allgemeines Krankheitsgefühl
- Fieber > 38°C
- Husten
- Kurzatmigkeit, Atemwegsprobleme

Nach heutigem Kenntnisstand verlaufen die meisten Infektionen mit dem Coronavirus mild bzw. ohne grössere Komplikationen. Lungenentzündungen oder andere schwere Atemwegserkrankungen wurden vor allem bei älteren und geschwächten Personen festgestellt. Die Mortalitätsrate von COVID-19 («Corona Virus Disease 2019») ist im Moment noch etwas unklar, dürfte etwas grösser sein als diejenige der saisonalen Grippe. Insgesamt starben laut Weltgesundheitsorganisation WHO bisher rund 3`000 Menschen. Die Anzahl der bestätigten Infektionen weltweit liegt bei knapp 90`000, davon allein rund 80`000 in China. Insgesamt sind mehr als 45`000 Menschen wieder geheilt. Im Vergleich dazu: Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) verursacht die saisonale Grippe jährlich bis zu 650`000 Todesfälle. In der Schweiz sterben je nach Schwere der Epidemie zwischen 400 bis 1`000 Menschen.

Massnahmen zum Verhindern einer schnellen Ausbreitung

- Händewaschen mit Wasser und Seife oder einem Desinfektionsmittel
- Husten und Niessen in Papiertaschentuch oder in Armbeuge (Vermeiden der Tröpfcheninfektion)
- Kontakt mit erkrankten Personen sowie grössere Menschenansammlungen meiden
- Mundschutz nur für erkrankte Personen
- Wer sich krank fühlt und die typischen Symptome einer saisonalen Grippe aufweist, gehört nicht in die Öffentlichkeit und nicht an den Arbeitsplatz
- Bei Fieber und Husten zuhause bleiben
- «Lächeln bei der Begrüssung» anstatt Händeschütteln («Social Distancing»)
- Praxis täglich desinfizieren: Hände, Oberflächen mit konventionellen Desinfektionsmitteln. Zusätzlich sollten die Behandlungsräume mit Weihrauch, Salbei, Kamille, Kurkuma geräuchert werden. Räucherstäbchen eignen sich dazu nicht. Bei Massagen sollte dies nach jeder Behandlung erfolgen.

Therapie der Virusinfektion

Zurzeit gibt es weder einen Impfstoff noch ein Medikament gegen die Virusinfektion. Antibiotika sind – wie bei anderen Virusinfektionen – nicht wirksam. In der Ayurveda setzen wir auf Immunisierung und verbessern damit die Abwehrkräfte. Die befallenen Strukturen (Dushya) sind in erster Linie Pranavaha Shrota.

Die entsprechenden Rasayana sind Chyavanprash, Dashamula oder Ashwagandha Arishta und Vaska (Adhatoda vasika). Bei einer aktuellen Infektion mit Corona Virus müssen die Betroffenen in Quarantäne und dürfen nicht behandelt werden.

Was tun bei Verdachtsfall in der Praxis?

Sollten Sie den berechtigten Verdacht haben, dass sich Ihr/e Patient/in bzw. Ihr/e Klient/in mit dem Coronavirus angesteckt hat, legen Sie ihm oder ihr nahe, nicht sofort die Arztpraxis oder den Notfall aufzusuchen. Fordern Sie ihn oder sie vielmehr dazu auf, Ruhe zu bewahren und telefonisch einen Termin beim Hausarzt zu vereinbaren – volle Wartezimmer mit möglicherweise Infizierten erhöhen die Risiken unnötig.

Information über neusten Stand

Informieren Sie sich hier über die aktuelle Situation – in der Schweiz und international, über Empfehlungen für Reisende und Antworten auf häufig gestellte Fragen.

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov.html>

Informationen für Gesundheitsfachpersonen

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/information-fuer-die-aerzteschaft.html>

Kontakt

Bundesamt für Gesundheit BAG, Abteilung Übertragbare Krankheiten, Schwarzenburgstrasse 157 3003 Bern

Infoline: +41 58 463 00 00 (täglich 24 Stunden)

Infoline für Gesundheitsfachpersonen: +41 58 462 21 00 (täglich 8.00 – 18.00 Uhr)

Der VSAMT als grösster Berufsverband der Schweiz im Bereich Ayurveda wird Sie auf dem Laufenden halten, insbesondere, sollte sich die Situation grundlegend ändern.