

Die 3.Welle der Coronavirus-Pandemie flaut ab. Die gefährlichere ‚britische‘ Virusmutation trieb die Inzidenzzahlen hoch. Die Schwerkranken waren jünger, da die Älteren durch die Impfung geschützt sind. Die Intensivstationen leeren sich wieder. Die Virusaktivität geht durch die Maßnahmen zurück, mehr jedoch durch das Sommerwetter mit UV-Strahlung.

Bei zunehmender Öffnung des gesellschaftlichen Lebens ist weiter wichtig: Zurückhaltung bei Sozial-Kontakten, konsequentes Tragen der Atemschutz-Maske bei hoher Personendichte, Abstand halten und Hygiene. Aktuelle Rachenabstrich-Tests für Nicht-Geimpfte vor Kontakten bringen mehr Sicherheit und Freiheit. Wichtig ist jedoch, dass Alle konsequent die Verhaltensregeln einhalten. Das Virus kommt im Herbst wieder. Die Impfung ist das wichtigste Mittel, die Pandemie zu beenden und eine 4.Welle im Herbst zu verhindern.

## **Corona-Impfung:**

Wir dürfen nun ohne Priorisierung impfen. Wir geben Termine für Aufklärungsgespräche in der Gruppe mit Beantwortung der Fragen und anschließender Impfung. Impftermine erhält man **über unsere Online-Terminvergabe**, zu erreichen unter [www.dr-schneiderhan.de](http://www.dr-schneiderhan.de) -> Corona Pandemie. Die Impfzentren in Ulm und Ehingen impfen weiterhin, nach Anmeldung unter [www.impfterminservice.de](http://www.impfterminservice.de). Leider erhalten wir derzeit noch wenig Impfstoff. Die Situation wird sich in wenigen Wochen entspannen.

## **Wie sich schützen vor dem Virus ?**

**Am häufigsten werden die Viren durch Tröpfchen in der Luft und durch die Fein-Aerosole in der Luft besonders über Atemwege, Augen und die Nasenschleimhäute übertragen, auch über Kontakt durch die Hände!** Deswegen:

**Mund-Nasen-Schutz tragen** in belebten Zonen und Geschäften, exakt angelegt. **FFP2-Masken** (ohne Ausatemventil) **sind am besten für den Maskenträger selbst und für die Personen in der Umgebung.** Die Coronaviren docken hauptsächlich an Enzymen im Riechorgan in der Nase an. Deswegen ist die **Bedeckung der Nase** absolut notwendig.

**Beim Niesen und Husten: wegrehen**, in ein Papiertaschentuch oder zur Not **in die Ellenbeuge.**

**Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen.**

**Nicht die Hände schütteln, möglichst wenig anfassen.**

**Häufig die Hände 20-30 Sekunden lang mit Seife gründlich waschen.**

**2 Meter Abstand vor anderen Menschen halten.**

**Zu Hause bleiben.** Sozial-Kontakt-Distanz in allen Bereichen einhalten.

**Hotspots** der Ansteckungsgefahr: Viele Menschen, eng aufeinander, stark atmend (Singen, Tanzen, Sport), ohne Maske, im geschlossenen Raum.

