

Merkblatt (Stand 29.10.2020)

Verhalten bei Coronavirus (SARS-CoV-2 Virus) für transplantierte und immunsupprimierte Patientinnen und Patienten

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Ein Verdachtsfall besteht bei Symptomen

- einer **akuten Erkrankung der Atemwege** (z.B. Husten, Atemnot, Halsschmerzen, Brustschmerzen) und/oder
- **Veränderung von Geruchs- oder Geschmackssinn, Durchfall, Kopfschmerzen** und/oder
- **Fieber** und/oder
- **engem Kontakt** zu einem bestätigten Fall (ein Kontakt von < 1.5 Meter und während > 15 Minuten, Wohnen im gleichen Haushalt, Krankenpflege oder direkter Kontakt mit Atemwegssekreten oder Körperflüssigkeiten ohne persönliche Schutzmassnahmen)

Allgemeine Vorsichtsmassnahmen gelten für Alle

- **Distanz** halten – kein Händeschütteln (vermeiden Sie allgemein nahen Körperkontakt)
- Pflegen Sie eine strikte und häufige **Händehygiene**, d.h. gründlich Hände waschen (<https://www.youtube.com/watch?v=gw2Ztu0H0YY>) oder Händedesinfektion, z.B. nach Kontakt mit anderen Personen und Gegenständen im öffentlichen Raum (ÖV, Einkaufswagen)
- Berühren Sie nicht Ihre Augen, Nase oder den Mund ohne vorher die Hände gewaschen oder desinfiziert zu haben (Übertragung von Krankheitserregern)
- Husten und niesen Sie in ein Taschentuch oder die Armbeuge

Für Transplantierte gelten zusätzliche Vorsichtsmassnahmen

... auch wenn wir nicht absolut sicher wissen, ob für Sie ein deutlich erhöhtes Infektionsrisiko für das Coronavirus besteht. Da aber generell Transplantierte ein höheres Risiko für Viruserkrankungen haben, wie Erkältung oder Grippe und es noch keine ausreichenden Erfahrungen zum Krankheitsverlauf mit dem aktuellen Coronavirus gibt, wollen wir lieber übervorsichtig sein in dieser unklaren Situation.

- Vermeiden Sie Menschenmengen (dazu gehören auch private Feiern oder Treffen), halten Sie immer möglichst mehr als 1.5 Meter Abstand zu allen Personen und vermeiden Sie Stosszeiten in den öffentlichen Verkehrsmitteln oder am Bahnhof.
- Sie können nach draussen gehen. Tragen Sie, falls möglich, eine Schutzmaske, wenn Sie sich an Orten mit hohem Personenaufkommen aufhalten und den nötigen Abstand nicht einhalten können.
- Wir empfehlen das Tragen von Hygienemasken (chirurgischen Masken Typ «IIR»). Wenn Sie eine Stoffmaske bevorzugen, empfehlen wir aus Sicherheitsgründen nur Empa-geprüfte Stoffmasken, z.B. <https://swisstextiles.ch/fokus/gepr%C3%BCfte-community-masken-nun-erh%C3%A4ltlich>.

Das Tragen von selbstgenähten Masken und FFP2 und FFP3 Masken wird NICHT empfohlen.

- Vermeiden Sie enge, geschlossene Räume, falls nicht möglich lüften Sie so oft wie möglich.
- Bei Verdacht (s.o.) oder Unsicherheit nehmen Sie bitte telefonische Rücksprache mit Ihrem ärztlichem Team (Hausarzt, Rufdienst Transplantationszentrum). Kommen Sie NICHT ohne vorherige Rücksprache direkt ins USZ.
- Angehörige sollten die gleichen Vorsichtsmassnahmen beachten, zu Ihrem und dem eigenen Schutz.

- Setzen Sie Medikamente und insbesondere Immunsuppressiva nicht ab und verändern Sie die Dosis nicht ohne vorherige Rücksprache mit Ihrem ärztlichen Team.
- Ein Medikamentenvorrat (auch für die Immunsuppressiva) für 30 Tage reicht, legen Sie keine Vorräte an damit für alle genügend Medikamente vorhanden sind.
- Zögern Sie nicht, Ihr ärztliches Team zu kontaktieren, wenn Sie eine Bescheinigung benötigen, die bestätigt, dass Sie zu einer Risikogruppe gehören.
- Ärztliche Atteste für Krankschreibungen können nur beim Vorliegen entsprechender Beschwerden ausgestellt werden.
- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber über Ihre gesundheitliche Situation. Versuchen Sie gemeinsam Lösungen zu finden. Falls möglich arbeiten Sie von zu Hause. Der Arbeitgeber muss in jedem Fall für einen ausreichenden Gesundheitsschutz sorgen, indem die Hygiene- und Verhaltensregeln des BAG eingehalten werden.
- Wir empfehlen Ihnen die Nutzung der Swiss-COVID-App vom BAG.

Empfohlene Impfungen:

- Lassen Sie sich jährlich gegen Grippe impfen. Wir empfehlen auch die Grippeimpfung Ihrer Angehörigen oder Personen, die im gleichen Haushalt leben.
- Falls Sie bis jetzt noch nicht gegen Pneumokokken geimpft wurden, sollte diese auch durchgeführt werden (Prevenar®). Dies gilt nur für transplantierte Personen oder Personen auf der Warteliste.

Das vorliegende Merkblatt werden wir zukünftig wieder anpassen, wenn neue Informationen und Erkenntnisse vorliegen.

Eine Vielzahl an ständig aktualisierten und genauen, zusätzlichen Informationen finden Sie auf den Webseiten des BAG und des USZ. Wir können Ihnen diese auch gerne als Ausdruck zuschicken – rufen Sie dann bitte einfach an.

... Sicherheit ist unser Hauptanliegen – für Sie und Ihr Transplantat!

Ihr Transplantationsteam vom USZ

Website vom Bundesamt für Gesundheit:

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

und vom USZ:

(<http://www.usz.ch/news/corona/Seiten/default.aspx>).