



Foto: Eitpress/Anne Lommel

Die Straßen in Luxemburg-Stadt sind wie leergefegt. Nur wenige Menschen treffen hier noch aufeinander.

Wo war ich – in Zeiten von Covid-19?

GASTBEITRAG Mit Papier und Stift gegen das Virus

Prof. Claude P. Muller
vom Luxembourg
Institute of Health

Die Covid-19-Pandemie ist anders als andere Ausbrüche von Infektionskrankheiten. Sie sind oft zeitlich und örtlich limitiert und auf eine überschaubare Anzahl von Personen beschränkt. Es handelt sich häufig um Erreger, die durch kontaminiertes Wasser, Lebensmittel oder Tierkontakte übertragen werden. Der Infektionsquelle kommt man meist dadurch auf die Spur, dass man die Bewegung, Kontakte, Wohnheiten der betroffenen Patienten miteinander abgleicht. Es sind die Überschneidungen in den Angaben, die meist zielführend sind. Auch dem Ursprung des Coronavirus auf dem Tiermarkt in Wuhan ist man so auf die Spur gekommen. Andere Beispiele, die durch die Presse gingen, sind die H5N1-Hühnergrippe besonders in Südostasien, das SARS-CoV von 2002, das ebenfalls auf einem Tiermarkt (in Hongkong) seinen Anfang nahm, das MERS-Coronavirus, das auf infizierte Dromedare als Zwischenwirt zurückgeführt werden konnte, und noch mehr.

Ausbrüche von Infektionskrankheiten sind nicht selten. Sie sind oft zeitlich und örtlich limitiert und auf eine überschaubare Anzahl von Personen beschränkt. Es handelt sich häufig um Erreger, die durch kontaminiertes Wasser, Lebensmittel oder Tierkontakte übertragen werden. Der Infektionsquelle kommt man meist dadurch auf die Spur, dass man die Bewegung, Kontakte, Wohnheiten der betroffenen Patienten miteinander abgleicht. Es sind die Überschneidungen in den Angaben, die meist zielführend sind. Auch dem Ursprung des Coronavirus auf dem Tiermarkt in Wuhan ist man so auf die Spur gekommen. Andere Beispiele, die durch die Presse gingen, sind die H5N1-Hühnergrippe besonders in Südostasien, das SARS-CoV von 2002, das ebenfalls auf einem Tiermarkt (in Hongkong) seinen Anfang nahm, das MERS-Coronavirus, das auf infizierte Dromedare als Zwischenwirt zurückgeführt werden konnte, und noch mehr.

Bei der derzeitigen Covid-19-Pandemie ist vieles anders: Be-

reits eine der vielen, mehr oder weniger zufälligen Begegnungen im Alltag kann unbemerkt zur Infektion und Krankheit führen. Eine rasch ansteigende Zahl von Menschen infiziert sich, viele, ohne offensichtlich krank zu sein. Alles entscheidende Unterschiede zu den genannten „einfachen“ Ausbrüchen. Normalerweise würde deshalb die oben genannte Herangehensweise bei der Suche nach der Infektionsquelle ins Leere gehen.

Ansteckungsherde

Normalerweise! Aufgrund der einschneidenden Maßnahmen zur Reduzierung der sozialen Kontakte sind wir aber weit von der Normalität entfernt – und zwar so weit, dass eine Suche von Infektionsquellen durch Contact Tracing wieder möglich erscheint.

Durch die massive (und gerechtfertigte) Einschränkung der Bewegungsfreiheit hat sich die Zahl der Kontakte für die meisten Mitbürger stark reduziert. Die Ansteckungsmöglichkeiten sind wieder überschaubar geworden. In dieser Situation wäre es durchaus wieder möglich, Ansteckungsherde und Übertragungsmuster zu identifizieren. Schwierig aber bleibt, dass das Zeitfenster, in dem die Infektion stattgefunden haben kann, mit bis zu 14 Tagen relativ lang sein kann. Man kann jedoch davon ausgehen, dass ein Großteil der Patienten sich etwa fünf bis sieben Tage vor Auftreten der Symptome infiziert hat. Allerdings wissen die wenigsten noch, wo sie sich vor einer Woche aufgehalten

haben, mit wem sie unter welchen Umständen Kontakt hatten und bei wem sie sich angesteckt haben könnten.

Hilfsmittel gegen das Vergessen

Aber gegen Vergessen gibt es ein einfaches (Lowtech-) Hilfsmittel: Papier und Stift zum Aufschreiben, sozusagen PaSta gegen das Virus. Sinnvoll wäre es, wenn jeder Mitbürger jeden Tag genau über seine außerhäuslichen Bewegungen und Kontakte Buch führen würde: an welchem Tag, zu welcher Uhrzeit sie/er mit wem zusammengetroffen ist und unter welchen Umständen. Zum Beispiel: Mittwoch 18.3., 14.35, mit/ohne Handy, mit/ohne Mundschutz, Fahrt mit dem Bus 290 (engster Kontakt mehr als zwei Meter) zur Apotheke X, warten vor der Apotheke zusammen mit vier Personen (Mindestabstand von drei Metern), in der Apotheke kein weiterer Kunde, Kontakt mit der Angestellten, die Mundschutz und Handschuhe trug, Abstand weniger als ein Meter, danach zu Fuß zurück nach Hause ohne Kontakte unterwegs, zu Hause Hände waschen. Fertig!

Ähnliches würde auch für Arbeitnehmer, die weiterarbeiten, Sinn machen: Mit wem haben sie Kontakt im Betrieb oder außerhalb gehabt? Heime und Krankenhäuser könnten vor den Zimmern Listen auslegen, in denen sich das Personal beim Betreten (einmalig pro Tag) einträgt. Jeder Aus- und Umgang könnte

auf diese Weise dokumentiert werden (Einzelheiten bei coronavirus.lih.lu). Je genauer, umso nützlicher für das Verständnis von Übertragungswegen und Übertragungsmustern sowie für das Erkennen von Risikoverhaltensweisen, -tätigkeiten und -Berufsgruppen.

Selbsttest

Notieren könnte man auch täglich das Ergebnis eines kleinen Selbsttests: Da Covid-19 oft bereits in einem frühen Stadium mit einer reduzierten Lungenfunktion (Atemnot) einhergeht, könnte dieser Selbsttest weiterhelfen: Morgens und abends bequem sitzend die Luft anhalten bis zu beginnender Luftnot, dabei die Zeit in Sekunden stoppen und aufschreiben. Bei zusätzlichen Symptomen wie trockenem Husten und Fieber kann das deutlich schnellere Eintreten von Luftnot ein zusätzlicher Hinweis auf eine mögliche Covid-19-Infektion sein und bei der Verdachtsdiagnose weiterhelfen (vgl. coronavirus.lih.lu).

bleibt die Person gesund, wird nie jemand die Angaben zu Gesicht bekommen. Nur im Covid-19-Krankheitsfall könnten die Informationen bei entsprechendem Einverständnis beispielsweise telefonisch, online oder per WhatsApp zur Verfügung gestellt werden. Diese würden zusammen mit den Angaben vieler anderer Patienten verglichen und ausgewertet. Durch Überschneidungen könnten wahrscheinliche Infektionsherde identifiziert, Risikoverhalten und Übertragungsmuster erkannt werden.

Dies könnte die Bekämpfung von Covid-19 in unserem Land entscheidend voranbringen. In Kenntnis von Hotspots, Infektionsmustern, und Risikoverhalten könnten die Gesundheitsbehörden sozusagen chirurgisch nachjustieren. Maßnahmen könnten gezielt und zeitnah auf ihre Wirksamkeit überprüft und wenn nötig angepasst werden. Handlungsanleitungen und -empfehlungen könnten so noch besser aus dem spezifisch luxemburgischen oder regionalen Kontext begründet werden. Die Ausbreitung des Virus ließe sich weiter strecken, so dass das Gesundheitssystem besser mithalten kann.

Ein wichtiger Beitrag

Luxemburg ist auf einzigartige Weise für ein solches Vorgehen geeignet, da die Grenzen zu unseren Nachbarn de facto nur für ausländische Pendler offen sind. Für Ortsansässige sind die Grenzen praktisch zu, sodass das Gebiet, in dem es zu Übertragungen kommen kann, für sie recht begrenzt ist, was die Wahrscheinlichkeit von Überschneidungen erhöht. Insbesondere auch nach Stabilisierung und Rückgang der Fallzahlen ließen sich Maßnahmen kontrolliert und rational zurücknehmen. Dies könnte zu einer merklichen Verkürzung der jetzigen Einschränkungen führen – und zu einer schnelleren Rückkehr zur Normalität, zumindest in Teilbereichen. Indem man seine Bewegungen und Kontakte für den Ernstfall täglich dokumentiert, könnte jeder dazu einen kleinen, aber wichtigen Beitrag leisten.