

## Aktuelles Nr. 2

Liebe Freunde und Interessierte der CHAJA Stiftung,

aus aktuellem Anlass senden wir Ihnen einige Informationen zu Covid-19.

Der salutogenetische Ansatz ist, dass wir Menschen viele Ressourcen haben, um den Herausforderungen des Lebens, auch einer Infektion, zu begegnen und wir dann ärztliche Hilfe benötigen, wenn diese Ressourcen versagen.

Wir raten niemandem zu einem bestimmten Verhalten, stellen jedoch Materialien und Informationen zur Verfügung, mit denen jeder selbst oder mit seinem Arzt gut für sich entscheiden kann.

Wie sind die Risiken?

Ist soziale Isolierung ein sinnvoller Weg? Für wen?

Was ist wichtig für einen immungeschwächten Menschen?

Hierzu gibt der Artikel von Dr. Gunter Frank in der elektronischen Zeitschrift „Achgut.com“ viele verlässliche Quellen, Statements und Antworten.

[https://www.achgut.com/autor/frank\\_g](https://www.achgut.com/autor/frank_g)

### **Wichtig für ältere Menschen:**

Der Pfleger sollte mit Mundschutz und Handschuhen etc. kommen und sich desinfizieren. Darauf weist auch **Dr. Klaus Reinhardt, Präsident der Bundesärztekammer**, hin. Er und auch andere plädieren für ein „**Cocooning**“ **der besonders Gefährdeten und nicht Isolierung aller wenig Gefährdeten:**

[www.gaborsteingart.com/morning-briefing/](http://www.gaborsteingart.com/morning-briefing/) vom 25.03.2020.

Weiterhin sollten ältere Menschen mit einem Arzt prüfen, ob Medikamente aus der [Priscus-Liste](#) verordnet wurden, die für alte Menschen nicht geeignet sind. Das gleiche gilt bei der Einnahme von vielen verschiedenen Medikamenten, die zusammen unerwünschte Nebenwirkungen haben könnten. Siehe dazu Cornelia Stolze in Ihrem Buch „[Krank durch Medikamente](#)“.

**Wichtig für Gesunde:**

Bei Erkältungssymptomen und Fieber: Ausruhen und ins Bett legen, keine fiebersenkenden Mittel nehmen, weil das Immunsystem eine erhöhte Temperatur braucht, um spezifische Antikörper und T-Zellen zu bilden. Wadenwickel bei zu hoher Temperatur (ca. 39-40° C). Bei Komplikation den Arzt rufen.

Wir möchten Sie auf die heutige Sendung (**26.03.2020 um 00:10 Uhr**) zum Corona Virus mit Dr. Gunter Frank im „**Talk im Hangar7**“ bei ServusTV [www.servustv.com/videos/aa-22qz2aans1w12/](http://www.servustv.com/videos/aa-22qz2aans1w12/) hinweisen.

Bleiben Sie gesund und mit herzlichen Grüßen

Georg Fischmann  
Stiftungsrat

Dilek Matern-Yalcintepe  
Stiftungsvorstand