

WIR ÜBER 60

Juli 2020



Das Magazin des Seniorenbeirats
der Landeshauptstadt München

Sonderausgabe: Corona in München



Nichts wie raus

Von Ingrid Seyfarth-Metzger

Nach Monaten zu Hause können wir etwas aufatmen. Die Infektionszahlen sind gesunken. Viele Beschränkungen wurden gelockert.

Das sollten auch Seniorinnen und Senioren nutzen. Es gibt keinen Grund mehr, zu Hause zu bleiben. Im Freien ist die Ansteckungsgefahr sehr gering. Freunde zu treffen tut gut und Bewegung an der frischen Luft verbessert das Immunsystem und die Lungenfunktion.

Aktuell gibt es nicht mehr viele Corona-Kranke in München. Die Zahl der Neuinfektio-

nen lag am 19. Juni bei zwölf und damit weit unter dem Schwellenwert von 50 Neuerkrankungen pro Woche und 100.000 Einwohner.

Zwar muss der Mund-Nasen-Schutz im öffentlichen Nahverkehr weiterhin getragen werden. Auch den Mindestabstand und die allgemeinen Hygieneregeln – wie gründliches Händewaschen – sollten gerade Seniorinnen und Senioren weiter berücksichtigen.

Wer das beachtet, sollte alle Möglichkeiten nutzen, sich im Freien zu bewegen. Am besten mit Freunden.

Besuche in stationären Pflegeeinrichtungen

Von Ingrid Seyfarth-Metzger

Ab Ende März gab es wochenlang ein Besuchsverbot für Pflege- und Seniorenheime, ausgenommen waren Palliativ- und Hospizstationen, sowie Sterbebegleitung durch den engsten Familienkreis.

Das generelle Besuchsverbot ist inzwischen aufgehoben. Dennoch bleibt die Situation in den stationären Pflegeeinrichtungen schwierig. Es gilt jetzt,



gute Lösungen zu finden, um einerseits die Ansteckungsgefahr gering zu halten, andererseits aber auch regelmäßige Besuche zu ermöglichen.

Einige stationäre Einrichtungen sind dabei bereits erfolgreich, andere weniger.

Besonders schwerwiegend ist die Einschränkung von Besuchen in der Sterbephase. Das grundsätzliche Recht zur Sterbebegleitung wird – so berichten Betroffene – nicht immer angemessen umgesetzt.

Es muss möglich sein, sterbende Angehörige ohne zeitliche Beschränkung zu besuchen. Abschiednehmen und die Regelung der letzten Dinge sind existenzielle Grundbedürfnisse, die nicht eingeschränkt werden dürfen.

Keine Angst vor Ansteckung in der Arztpraxis oder im Krankenhaus!

Von Ingrid Seyfarth-Metzger

Weil sie Angst haben, sich mit Covid-19 anzustecken, gehen viele Seniorinnen und Senioren mit Beschwerden nicht zum Arzt. Das kann vor allem bei Krebserkrankungen und Herz-Kreislauf-Krankheiten schlimme Folgen haben.

In den Krankenhäusern und auf den Intensivstationen ist jetzt genug Platz. Die Arztpraxen und die Krankenhäuser haben umfangreiche Maßnahmen ergriffen, dass sich niemand ansteckt. In den Arztpraxen wird darauf geachtet, dass es in den Wartebereichen nicht zu eng wird. In den Krankenhäusern sind Patienten mit ansteckenden Krankheiten auf eigenen Stationen untergebracht. Das Personal, das



Patienten mit Covid-19 behandelt, trägt die notwendige Schutzkleidung und ist gut geschult.

Deshalb: Wenn Sie sich krank fühlen, gehen Sie zu Ihrem Hausarzt!

Impressum:

Herausgegeben vom Seniorenbeirat
der Landeshauptstadt München

Vorstand: Dr. Reinhard Bauer, Vorsitzender
Dr. Irmtraud Nies, Gerhard Krug, Dr. Ingrid Seyfarth-Metzger
Burgstraße 4, 80331 München
1. Stock, Telefon: 089 / 233 21116
www.seniorenbeirat-muenchen.de



Protest gegen Kürzung der Notfallversorgung

Von Ingrid Seyfarth-Metzger

Die Pandemie ist bisher in München relativ gut verlaufen. Ausschlaggebend dafür war, dass es in der München-Klinik Schwabing die Abteilung Infektiologie gibt. Das Team hat langjährige Erfahrungen mit Infektionskrankheiten. Durch die Pavillonbauweise des Krankenhauses wird die Ansteckungsgefahr erheblich verringert.

Für die künftige Versorgung bei schweren Infektionskrankheiten ist es wichtig, dass diese Infrastruktur erhalten bleibt. Doch der

Neubau in der München-Klinik Schwabing, der nächstes Jahr bezogen werden soll, wird viel zu klein sein. Damit könnte die Klinik keine vollwertige Notfallversorgung mehr leisten, sondern nur noch Basisversorgung.

Der Seniorenbeirat protestiert gegen diese Pläne. Der Stadtrat hat – entsprechend einem Änderungsantrag der Grünen und der SPD – beschlossen, die Pläne 2021 anhand von aktuellen Daten zu überprüfen.

Ausblick: Die Folgen sind kaum absehbar

Von Ingrid Seyfarth-Metzger

Es gibt immer mehr wissenschaftliche Erkenntnisse, aber viele Fragen zu der neuen Krankheit sind noch nicht geklärt. Es wird diskutiert, welche Maßnahmen notwendig waren und sind. Sind Kinder wirklich ansteckend? Wie können Schulen und Kindergärten wieder geöffnet werden? Wenn die Ansteckungsgefahr im Freien viel geringer ist, welche Beschränkungen sind notwendig? Wird es eine zweite Welle der Infektionen im Herbst und Winter geben?

Die Situation wird sich erst dann deutlich verbessern, wenn wirksame Medikamente und Impfstoffe zur Verfügung stehen. Experten gehen davon aus, dass das noch ein bis zwei Jahre dauert. Nicht nur die medizinischen, auch die wirtschaftlichen, gesellschaftlichen und politischen Folgen dieser Krise sind kaum absehbar. Corona wird uns noch lange beschäftigen. Wir werden uns an den Alltag mit der neuen Krankheit gewöhnen müssen.



Fürchten Sie, dass Sie sich angesteckt haben?

Wenn Sie den Verdacht haben, dass Sie sich mit dem Corona-Virus angesteckt haben könnten, melden Sie sich sofort telefonisch bei Ihrem Hausarzt und folgen dessen Anweisungen. Oder rufen Sie beim ärztlichen Bereitschaftsdienst unter 116 117 an. Im Notfall rufen Sie den Rettungsdienst europaweit und kostenfrei unter 112.

So bleiben Sie gesund:

- Gründliches und häufiges Händewaschen
- Händeschütteln und Körperkontakt vermeiden.
- Abstand zu anderen Menschen halten (mindestens 2 Meter) und größere Menschenansammlungen vermeiden.
- Sie haben ein SMARTPHONE mit einem aktuellen Betriebssystem? Dann laden Sie bitte die Corona-Warn-App herunter!

Ältere ab 60 Jahre und Risikogruppen:

Lassen Sie sich nach ärztlicher Beratung gegen Influenza (Grippe) impfen!

Die wichtigsten Regeln zum Schutz Ihrer Mitmenschen:

- Husten und niesen Sie stets in ein Taschentuch und entsorgen Sie dieses umgehend in einem Abfalleimer mit Deckel.
- Zur Not husten und niesen Sie in die Armbeuge.
- Tragen Sie – immer nach ausdrücklichem Hinweis – einen Mundschutz und desinfizieren Sie sich Ihre Hände.

Auskunftsstellen und Hilfen:

- Für Fragen steht die Corona-Hotline der Bayerischen Staatsregierung unter der Telefonnummer 122 220 zur Verfügung.
- Die Bayerische Staatsregierung informiert außerdem unter www.bayern.de
- Hier können Sie die tägliche Information des Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege bestellen: newsletter@stmagp.bayern.de
- Sie haben Angehörige in der Nähe und brauchen Hilfe: An erster Stelle sind Ihre Familienangehörigen gefordert.
- Viele Hausgemeinschaften haben übers schwarze Brett Nachbarschaftshilfen organisiert.
- Als amtliche Stelle im Viertel sind die Alten- und Service-Zentren wichtigste Hilfs- und Kontaktstellen (bitte anrufen!).
- Auch die Sozialbürgerhäuser stehen Ihnen telefonisch zur Verfügung.
- Umfassende Informationen finden Sie im Internet auch unter www.muenchen.de



Seniorenbeirat
der Landeshauptstadt München

Seniorenbeirat der Landeshauptstadt München
Burgstraße 4, 1. Stock
80331 München