

# Der Übergang zur neuen Normalität wird einige Zeit dauern

Jeder ist ängstlich nach wochenlangem Aufenthalt zu Hause wieder zu einer Art Normalität zurückzukehren. Wir müssen jedoch genau verfolgen, was in unserem Teil des Landes passiert und die Zahlen und Verfahren erkennen, auf die sich die Experten verlassen werden, um die Wiedereröffnung des täglichen Lebens zu regeln.

Die Rückkehr zu dieser neuen Normalität wird eine Betonung auf drei Dinge beinhalten:

1. **TESTEN**, sowohl für COVID-19- als auch insbesondere für Antikörpertests zur Beurteilung der Immunität
2. **VERFOLGUNG** von Kontakten von COVID-19-positiven Personen, gefolgt von der Quarantäne dieser Kontakte und
3. **BEHANDLUNGEN** für COVID-19, während wir auf die Entwicklung des Impfstoffs warten. Diese Behandlungen umfassen sowohl Arzneimittel- als auch Plasmabehandlungen von genesenen Patienten.

Darüber hinaus ist es wahrscheinlich, dass in öffentlichen Einrichtungen Temperaturtests durchgeführt werden (beim Betreten eines Restaurants oder bei anderen Aktivitäten), eine Maske erforderlich ist und ein gewisses Maß an physischer Distanzierung durchgeführt wird. Wahrscheinlich werden wir weiterhin viel die Hände waschen und uns bewusst sein, dass die Oberflächen in unserem persönlichen Bereich desinfiziert bleiben.

## Die Zahlen, die Entscheidungen beeinflussen können

- **Anzahl der Fälle**
  - Die wichtigste Zahl ist die Zahl der Menschen die mit COVID-19 infiziert wurden und sich erholt haben oder weiterhin infiziert sind. In den USA liegt diese Zahl höchstwahrscheinlich zwischen 2 und 5 % der Bevölkerung. Wir brauchen dringend viel mehr bevölkerungsbasierte Tests, um die wahren Zahlen in den USA zu ermitteln.
  - Als Ergebnis der bevölkerungsbezogenen Tests in Island wurden niedrige Zahlen von nur 0,9% [gemeldet](#). Südkorea [berichtet](#), dass ungefähr 5% der Bevölkerung des Landes infiziert sind. Für spezielle Subpopulationen können die Zahlen viel höher sein, einschließlich [ungefähr 14% der schwangeren Frauen in New York City, in der Entbindungsstation](#), und sogar 40 bis 50% in einigen Pflegeheimen oder Hospizen.
  - **Das Fazit:**
    - Eine erhebliche Mehrheit der Menschen war noch NICHT dem COVID-19 ausgesetzt und ist bei Exposition anfällig für Infektionen.
    - Um die tatsächliche Rate der COVID-19-Positivität und Genesung der Bevölkerung beurteilen zu können, sind dringend umfangreiche Tests erforderlich. Es ist sehr wichtig, Personen zu identifizieren, die sicher genesen sind, und diejenigen, die nicht genesen sind.

- **Anzahl der Menschen, die sich infizieren können wenn ein neuer Fall auftritt**
  - Hier kommt die Verfolgung ins Spiel. Wenn ein neuer Fall auftritt, ist es dringend erforderlich, Kontakte zu verfolgen, um die Ausbreitung zu begrenzen. Selbstverständlich müssen Kontakte unter Quarantäne gestellt oder selbst isoliert werden. Das erfordert eine erhebliche Anzahl von US-Arbeitskräften, die auf 100.000 Personen geschätzt werden.
  - Eine ausgeklügelte elektronische Verfolgung, wie sie von Google und Apple vorgeschlagen wurde, kann verwendet werden, jedoch hat das berechtigte Bedenken hinsichtlich des Datenschutzes aufgeworfen.
- **Super-spreaders (Superverbreiter) und Einrichtungen mit hohem Risiko**
  - Die physische Distanzierung ist von zentraler Bedeutung, um die Ausbreitung von COVID-19 zu verringern. Wenn die Maßnahmen der physischen Distanzierung gelockert sind, ist die Kontaktverfolgung von entscheidender Bedeutung. Die Anerkennung sogenannter Super-spreaders ist wirklich wertvoll. Diese Arten von Überträgern, die Krankheiten auf eine ungewöhnlich große Anzahl von Menschen übertragen, wurden in früheren Epidemien festgestellt. Mary Mallon, die als **Typhoid Mary**, bekannt wurde, infizierte mehr als 50 Menschen mit Typhus, während sie sich absolut gut fühlte. Gleiches gilt für COVID-19: Personen ohne Symptome können unwissentlich große Mengen an Virus weitergeben und die Krankheit verbreiten.
  - Solche infizierten Menschen, auch ohne Symptome, die an **Meetings** und **Partys** teilgenommen haben, haben viele Menschen infiziert und große Gruppen von 50 oder mehr Personen gebildet. Im Fall der Party in Connecticut führten die Fälle zu 65% der Fälle in der gesamten Region. Aktuelle **Daten** stützen die Vorstellung, dass die regionale Ausbreitung durch Gruppen in der Region Connecticut hervorgerufen ist.
  - In Abwesenheit der physischen Distanzierung, ist eine schnelle Identifizierung solcher Super-spreader entscheidend. Im Gegenteil führen die meisten infizierten Personen zu einer viel geringeren Verbreitung, möglicherweise infizieren sie nur ihre Familienmitglieder oder enge Freunde. Es ist auch wichtig, diese Low-spreaders zu identifizieren, damit wir Ressourcen dort zuweisen können, wo sie am dringendsten benötigt werden.
  - Einige Arbeitsumgebungen erfordern besondere Aufmerksamkeit. Wie wir alle wissen, besteht für Mitarbeiter des Gesundheitswesens nicht nur ein hohes Risiko für die persönliche Exposition, sondern sie befinden sich auch in einem Umfeld der Superverbreitung. Ebenso sind viele Mitarbeiter, die direkten Kontakt zur Öffentlichkeit haben, einem höheren Risiko ausgesetzt, z.B. Ersthelfer, Mitarbeiter im Transport- und Verkehrsbereich, in der Lebensmittelindustrie und in anderen wesentlichen Unternehmen mit hohem Volumen.
  - Die Auswirkungen der Verzögerung bei der Umsetzung der physischen Distanzierung in New York haben erhebliche Kontroversen ausgelöst. Obwohl wir die Vergangenheit nicht wiederholen können, können wir vorsichtig auf die Zukunft achten. Frühzeitige Hinweise auf neue Fälle müssen sehr ernst genommen werden.

### **Das Fazit: Verfolgung**

- Eine schnelle Verfolgung ist wichtig, um die Ausbreitung zu begrenzen, da die Maßnahmen der physischen Distanzierung gelockert werden.

- Primäre und regelmäßige laufende Tests aller, die an vorderster Front dienen, werden unerlässlich sein.
- Grundlegende PSA (persönliche Schutzausrüstung) muss allgemein verfügbar sein. Mitarbeiter an vorderster Front mit dokumentierter Antikörperimmunität können sowohl an sich sicher sein als bei der Begrenzung der Ausbreitung Hilfe leisten. Eine hohe Testkapazität ist sowohl für Antikörper als auch für das COVID-19-Virus von wesentlicher Bedeutung.
- Das schnelle Testen von Kontakten, die mit allen neuen Fällen verbunden sind, ist wichtig, um die Ausbreitung zu verringern, insbesondere im Fall eines Super-Spreaders und / oder der Einrichtungen mit hohem Risiko.
- Die Dauer der vorgeschriebenen Quarantäne oder Isolation ist immer noch umstritten. Aktuelle [Daten aus Italien](#) deuten darauf hin, dass eine längere Zeit erforderlich ist, da es mehrere Wochen dauern kann, bis die COVID-19-Infektion abgeklungen ist und dass Patienten [noch lange nach dem Verschwinden der Symptome positiv testen](#). Viele Patienten in den USA bemerken schon [den langen Weg zur Genesung](#).

### **Benötigte Richtlinien**

Richtlinien sind erforderlich, um die physische Distanzierung wieder durchzuführen, wenn eine bestimmte Anzahl oder ein bestimmtes Muster neuer Fälle auftritt:

- Kirchliche Gruppentreffen zum Beispiel gaben Anlass zur Sorge und könnten begrenzt werden. Sehr große Versammlungen werden kurzfristig nicht möglich sein.
- Reisehinweise sind wichtig, um die lokale, regionale, zwischenstaatliche und internationale Verbreitung zu begrenzen. Das weltweite Reisen wird sicherlich von den vielen Schwierigkeiten und Tragödien, die in so vielen Ländern auftreten, betroffen sein. Wie [in diesem Leitartikel der New York Times](#) erwähnt, stehen einfach keine Ressourcen zur Bewältigung dieser COVID-19-Krise zur Verfügung.
- Da der Welthandel ein Teil der alten Normalität ist, wird die neue Normalität ganz anders sein. Hilfe für die weniger Glücklichen wird hier der Schlüssel sein.

### **Behandlung**

#### **• Myelombehandlung**

- Während der aktuellen Krise, werden Entscheidungen durch die Notwendigkeit gesteuert, die Exposition gegenüber COVID-19 zu vermeiden. Das Ziel ist es, weniger Besuche in Kliniken und Krankenhauseinrichtungen mit hohem Risiko durchzuführen. Telemedizin ist eine gute Option. Verzögerungen bei intensiven Therapien wie ASCT sowie Reduzierungen (wenn sicher) der IV- oder SQ-Therapien können diskutiert und berücksichtigt werden.
- Die neue Normalität hier kann hoffentlich wie die alte Normalität sein. Es wird jedoch mehr Telemedizin für alltägliche Probleme geben. Wir hatten die große Hoffnung, dass das gesamte Spektrum der Behandlungen in den kommenden Monaten wieder durchgeführt werden kann, sobald die Ressourcen verfügbar werden und in medizinischen Einrichtungen ein vollständiger Schutz gewährleistet ist. Es ist wichtig, ein offenes und anhaltendes Gespräch mit Ihrem Arzt zu führen, während sich die Bedingungen in Ihrer Stadt verbessern.

- **COVID-19-Behandlungen und Impfstoffe**

- Impfstoffe: Es ist eindeutig anerkannt, dass ein Impfstoff für die Beendigung der COVID-19-Pandemie von zentraler Bedeutung ist. Die gute Nachricht ist, dass viele, viele Anstrengungen unternommen werden, um einen wirksamen [Impfstoff](#) zu entwickeln. Die nicht so gute Nachricht ist, dass es einige Zeit dauern wird. Extreme Optimisten sagen 6 bis 9 Monate. Die Mehrheit - realistische Meinung - prognostiziert, dass ein Impfstoff in 12 bis 18 Monaten verfügbar sein wird.
- Behandlungen: Die ermutigenden Behandlungsansätzen umfassen die Behandlung des Schock- oder Crash-Syndroms bei sehr kranken Patienten. Es war herzerwärmend, [die Geschichte eines Notarztes](#) (eines zuvor gesunden ehemaligen Fußballstars) zu lesen, der sich mit einer Zytokinsturmbehandlung von Actemra (Tocilizumab) von einer schwierigen Situation erholte.

Während wir uns über das Heldentum der Mitarbeiter des Gesundheitswesens wundern, ist es gut zu wissen, dass es nicht nur diese Strategie gibt, sondern auch die Verwendung von Plasma von Patienten, die von COVID-19 genesen sind, die Genesung beschleunigen kann. Es besteht weiterhin Unsicherheit über den Wert von Hydroxychloroquin (Plaquenil). Eine [kürzlich durchgeführte Studie wurde abgebrochen](#), weil bei Verwendung höherer Dosen des Arzneimittels schwerwiegende Herzprobleme aufgetreten waren. Es ist spannend, dass eine Myelomtherapie, Selinexor, als antivirales Mittel benutzt werden kann.

### **Wie kommt man zur neuen Normalität**

Es besteht kaum ein Zweifel, dass die kommenden Monate eine Herausforderung darstellen werden. Wir werden so viel Resilienz wie möglich brauchen und uns weiterhin der Welt um uns herum bewusst sein. Und wie [der Künstler David Hockney sagte](#): "Denken Sie daran, dass sie den Frühling nicht abbrechen können." Die [Blumen, die jeden Tag blühen](#), erinnern uns daran, dass das Leben weitergeht und gemeinsam entstehen und sich anpassen wird.

Da wir von all unseren Wissenschaftlern erwarten, dass sie Behandlungen und einen Impfstoff entwickeln, ist es für mich äußerst interessant festzustellen, dass das ursprüngliche Coronavirus von June Almeida [June Almeida](#), einer schottischen Wissenschaftlerin aus bescheidenen Anfängen entdeckt wurde, die nicht vollständig anerkannt wurde. Lassen Sie uns abschließend alle Personen wie June Almeida ehren, die in der Vergangenheit und Gegenwart an der Front von Gesundheitskrisen gestanden haben und weiterhin stehen. Wir brauchen Zusammenarbeit und Mitgefühl wie nie zuvor, um das gemeinsam zu bewältigen.

<https://www.bbc.com/news/uk-scotland-52278716>