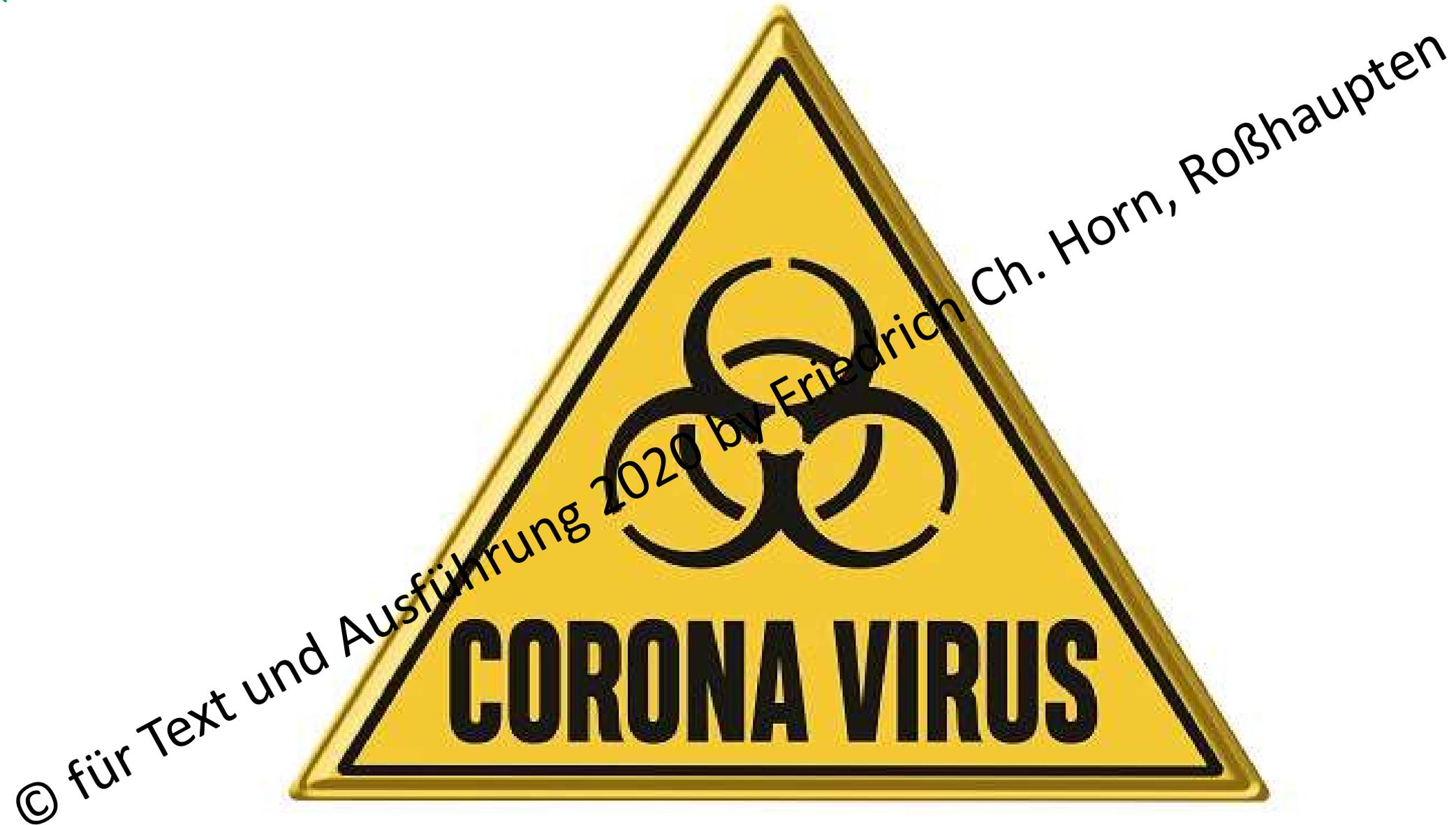
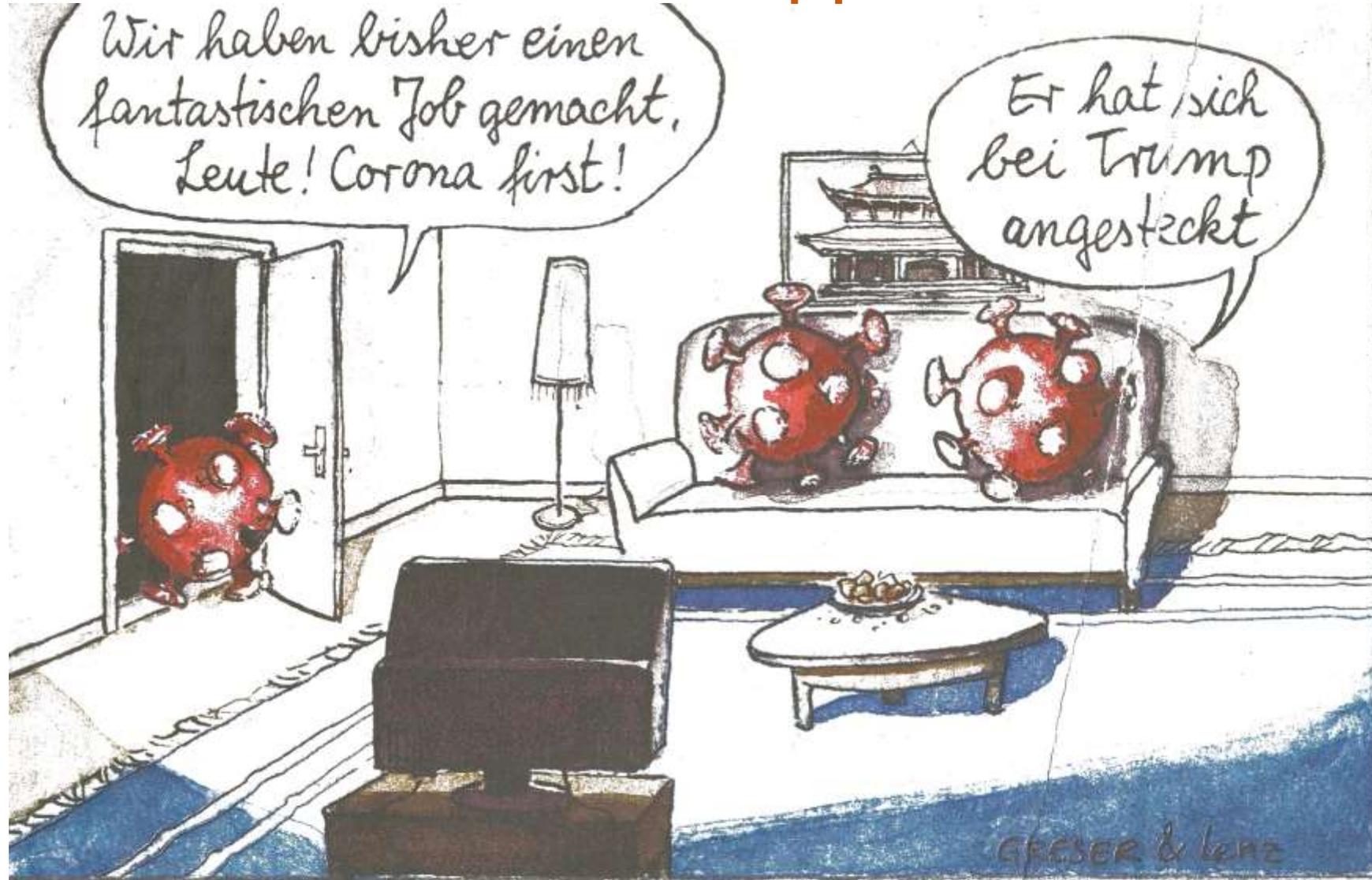


# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten



Bei den Coronas daheim

**Gefahr für ALLE !!!**

# Corona das Virus

## **Aktuelles Coronavirus: „Sars-CoV-2“**

- „*Severe acute respiratory syndrome-related Coronavirus 2*“  
(Schweres, auf das akute respiratorische Syndrom bezogenes Coronavirus 2)  
auch „**Sars-2**“ benannt, anfangs auch „**2019-nCoV**“  
Wuhan im Dezember 2019 erstmals nachgewiesen  
= „Nachfolgevirus“ von **Sars-CoV-1** (2002 und 2003)

## **Ausgelöste Krankheit: „Covid-19“**

= **Corona Virus Disease 2019** – 2019 erster Sars-CoV-2-Krankheitsausbruch  
(Weltgesundheitsorganisation WHO).

## **Immunität: Fraglich, noch unerforscht**

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Gefahr für ALLE !!! C o r o n a



Das Wissen um dieses Virus = noch wenig.  
Es ist behüllt und alleine außerhalb von Lebewesen sowie im Trockenen vermutlich kurzlebig, aber  
**! hoch ansteckend und**  
**! hoch gefährlich !!!**

# Gefahr für ALLE !!! C o r o n a

**Woher kommt's  
– und wann  
noch viel  
mehr neue  
Erreger?  
Sind's Folgen  
unserer  
Gier?**



Verdrängt von Palmöl, Zuckerrohr und Soja: Affen, Elefanten und das ganze andere liebe Vieh am Ende der Welt

# Gefahr für ALLE !!! C o r o n a

**Was macht's?**  
Symptome über  
„Erkältung“ bis  
Schädigung  
von Gefäßen,  
Nerven, aller  
Organe möglich!



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Corona

Gefahr für ALLE !!!



## Symptome

Was sind Anzeichen für eine Coronavirus-Infektion?

Manche Infizierte haben wenige oder gar keine Krankheitsanzeichen, andere erkranken schwer oder sterben sogar an den Folgen einer Covid-19-Lungenentzündung. Die **Symptome ähneln grundsätzlich denen einer Erkältung.**



**Fieber oder erhöhte Temperatur**



**Husten oder Kratzen im Hals**



**Atembeschwerden oder Atemnot**



**Muskel- und Kopfschmerzen**

Durchfall scheint eher selten vorzukommen.

# Gefahr für ALLE !!! C o r o n a

## Symptome – bei Unklarheit: bitte zum

- Hausarzt
  - Gesundheitsamt
- aber es gibt  
ja auch noch  
andere Ursachen  
für Wehwechen!



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Gefahr für ALLE !!! C o r o n a

**Symptome –  
bei Unklarheit:**

**Testen!**

(tut nicht weh;  
nach der  
Zeitdauer fragen  
bis wann,  
das Testergebnis  
vorliegt)



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Großhaupte

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

**Gefahr für ALLE !!!**



CORONA-Ausbreitung Herbst 2020  
= Pandemie weltweit

## Pandemie

**geografisch unbegrenzt** = Epidemie über die Grenzen eines Landes oder Kontinentes  
**zeitlich begrenzt oder unbegrenzt**

**Endemie**  
**geografisch begrenzt**  
**zeitlich unbegrenzt, dauerhaft**  
(Bsp. Afrika, Asien – Malaria, Gelbfieber v. u. a.)

**Epidemie**  
**geografisch begrenzt**  
**zeitlich begrenzt, vorübergehend**  
(Bsp. Europa – Grippe, Schweinegrippe)

## Corona

**Vorsicht und  
Besonnenheit  
ist angesagt,  
doch die Angst  
kann schlimmer  
sein als Corona!**

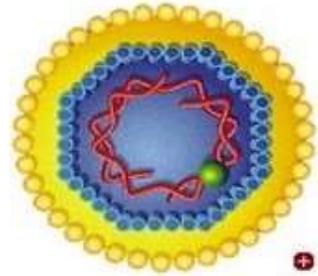


© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Vogtsgraben

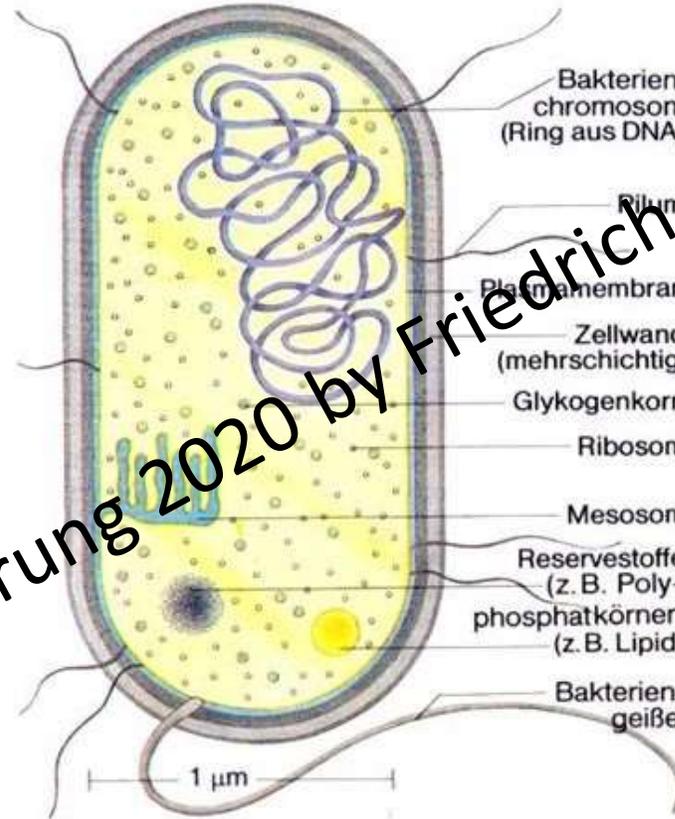
Gefahr für die Seele

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

## Viren und Bakterien



Das Virus



Das Bakterium

- # Virus
- klein, als Organismus nicht alleine überlebensfähig
  - durch körpereigene Abwehrzellen (Immunsystem!) bekämpfbar

# Bakterium

- klein bis groß, in günstigem Milieu alleine überlebensfähig
- durch Antibiotika und Sulfonamide + durch Abwehrzellen bekämpfbar

Gefahr von außen

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßhaupten

# Corona – damit's nicht die „neue Pest“ für uns wird

Schutz von außen



Der Doctor Schnabel von Rom - Kupferstich v. Paul Fürst -ca. 1656

Die große Chronik-Weltgeschichte, 10 (Gütersloh: WissenMedia, 2008), Superstock: Dr. Schnabel of Rome, a Plague Doctor in 1656 Paul Fuerst, Gemeinfrei

# Corona – damit's nicht die „neue Pest“ für uns wird

Schutz von außen



Da sollte es doch Ähnlichkeiten geben

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Maske

# Wichtig!!!!

Schutz von außen

... aber bitte  
nicht so  
eine Art

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, ROISNapter



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

Schutz von außen

# Maske

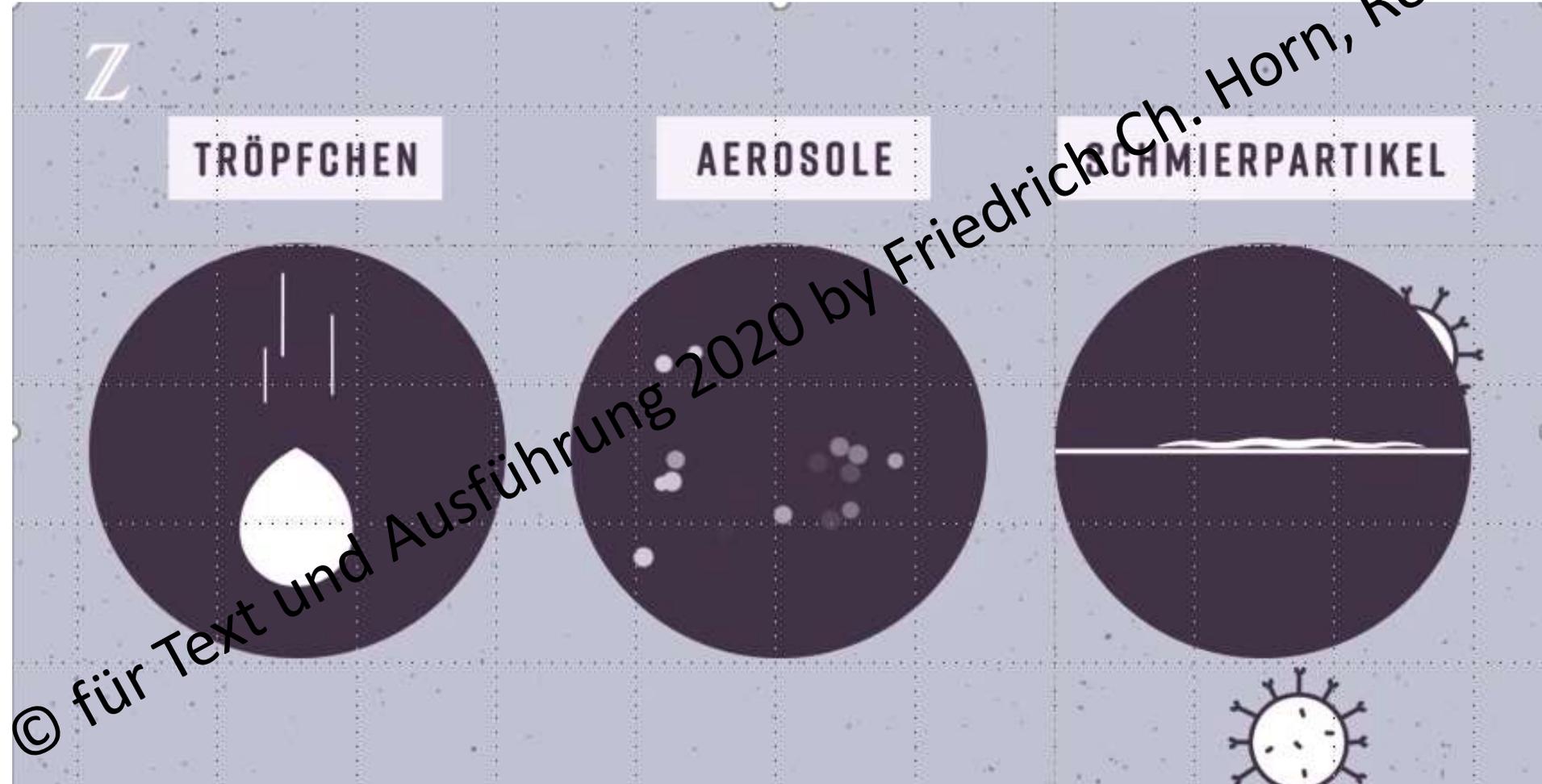
# Darum!!!



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßhaupten

# Maske Darum!!!

Schutz von außen

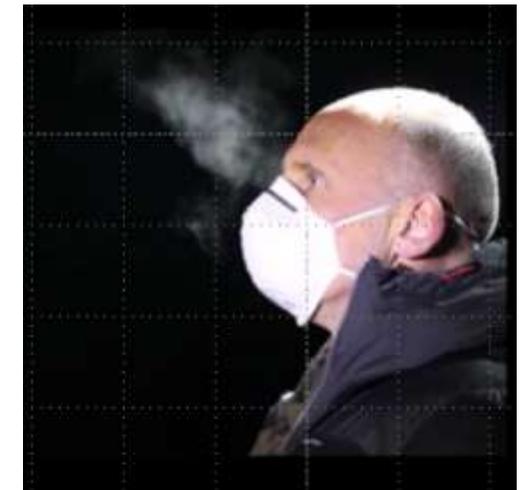
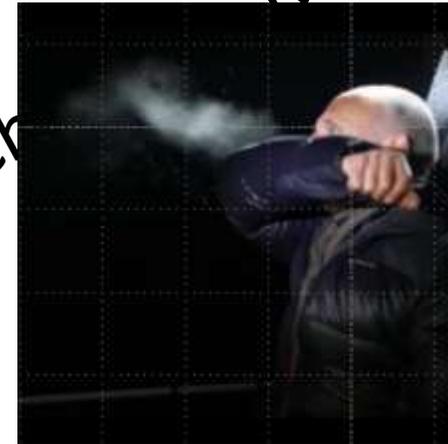
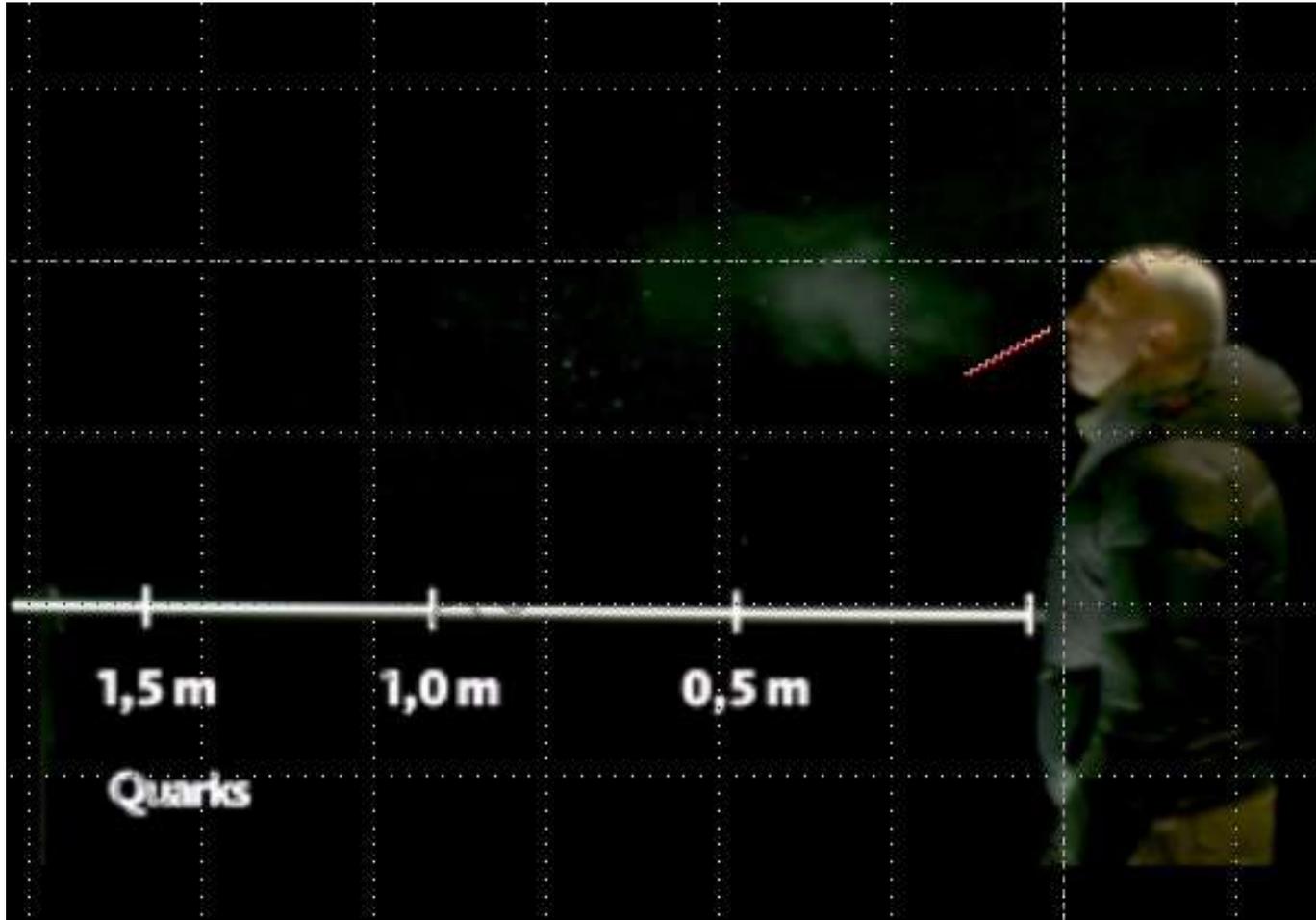


Große Tröpfchen und feine Aerosoltröpfchen sind ideale Vehikel, mit denen sich Viren, aber auch Bakterien, verbreiten lassen; Schmierpartikel lassen sich abwaschen oder desinfizierend inaktivieren.

Schutz von außen

# Maske

# Darum!!!



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Maske

# Welche?

## Community- oder Behelfs-Masken

Unbedingt auf die Deklaration „**glasfaserfrei**“  
oder „**Glasfibre free**“ achten!

Nur bei **wenig oder „normaler“**  
**Gefährdung** – nicht  
**medizinischer oder Pflegebereich**

Schutz von außen

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Rostock

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Maske Welche?

Schutz von außen



Community-  
oder  
Behelfs-  
Masken:

Mund-  
Nasen-  
Masken

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Rosshaupten

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Maske

# Welche?



Community-  
oder  
Behelfs-  
Masken:

**Zur Not tut's ein  
Bandana-Tuch –  
doppelt und dicht  
um Mund- und  
Nase gelegt – auch.**

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Rostock

Schutz von außen

## Maske Welche?

„Medizinische“-  
Masken

In hoch gefährdeten Bereichen  
(Menschenansammlungen) oder in  
medizinischen und Pflegebereichen  
müssen es OP-Masken (Type II oder  
IIR) Chirurgische Masken (Type IIR),  
FFP2 oder FFP3 Masken sein!

Schutz von außen

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

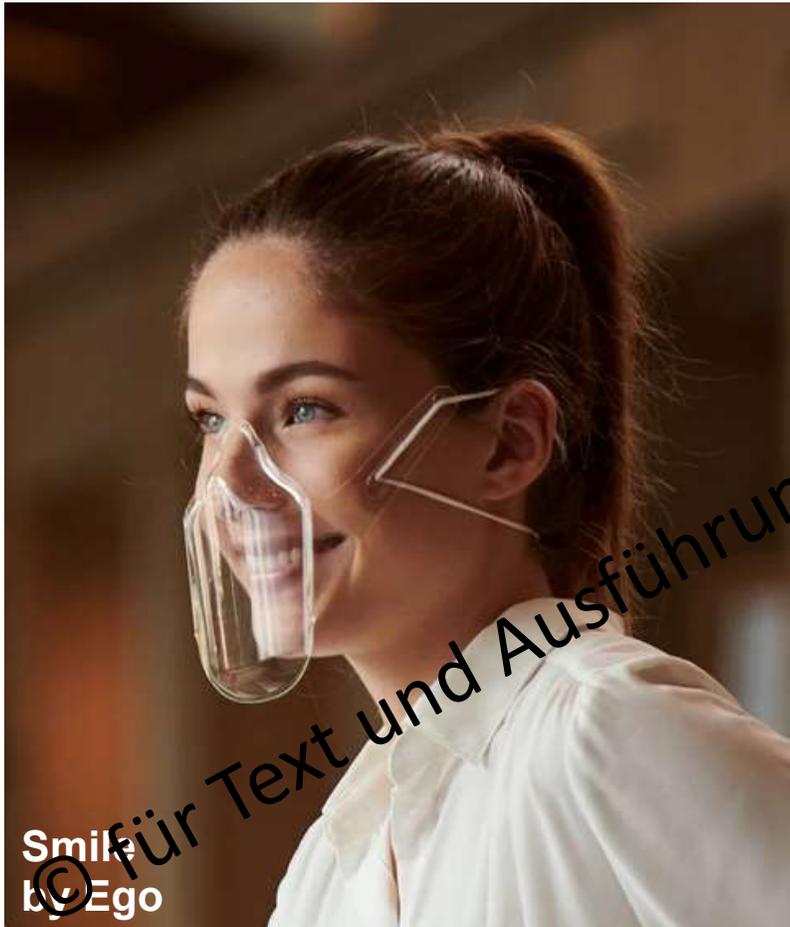
## Maske

**Nicht mehr  
als alleiniger  
Atemschutz  
zugelassen:**

**Gesichtsschilder/„Faceschilds“**

sind inzwischen verboten als  
alleiniger Schutz ohne zusätzliche

Maske,  
nicht zertifiziert und nicht zugelassen!



Smile  
by Ego

Schutz von außen

Maske

Nicht mehr  
als alleiniger  
Atemschutz  
zugelassen:

Gesichtsschilder/„Faceschilds“

sind inzwischen verboten als  
alleiniger Schutz ohne zusätzliche

Maske,  
nicht zertifiziert und nicht zugelassen!

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

## Maske Wie?

Schutz von außen



Volle Bedeckung  
von

- **Mund und**
- **Nase**  
- Nasenbügel  
gut andrücken
- **Wangen**  
- seitlich dicht  
anliegend

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

## Maske Wie?

Schutz von außen



... und nicht unbedingt so damit umgehen wie unsere Vorbilder, bevor sie „Maskenübung“ erlangt hatten (aber jetzt können sie's ja)

# H ä n d e Hygiene!

Schutz von außen



Hände  
und  
Haut  
sind  
natür-  
liche  
Keim-  
träger

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Rosshaus

# H ä n d e Hygiene!

Hände waschen  
genügt im Alltag

Hände  
desinfizieren bei  
/ nach hoher  
Keimexposition



1. Handfläche auf Handfläche, inklusive Handgelenk

2. Rechte Handfläche über linkem Handrücken und umgekehrt

3. Handfläche auf Handfläche, mit verschränkten Fingern

4. Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen

5. Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt

6. Kreisendes Reiben der Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche und umgekehrt

In 30 Sekunden desinfiziert ...!

- Desinfektionsmittel in trockene Hände geben
- > 30 Sekunden kräftig einreiben
- > Jeden Schritt fünf mal durchführen
- > Hände müssen in der ganzen Zeit feucht sein
- > Bei Bedarf Desinfektionsmittel nachnehmen

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roishaluten

Schutz von außen

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# H ä n d e Hygiene!

Schutz von außen



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßharpen

Wasserhähne  
und  
Desinfektions-  
mittelspender  
nur mit den  
Unterarmen oder  
Ellbogen  
betätigen!

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# H ä n d e

# Hygiene!

Schutz von außen

... und so  
sicherlich nicht!



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßharde

# H ä n d e Hygiene!

Schutz außer  
Haus für

- Einkaufswagen
- Handläufe
- Türgriffe
- Kugelschreiber  
– u.v.m.:

Hände beim Einkauf in Plastiktüte schützen

(den Händen direkt desinfizieren)



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßharpen

Schutz von außen

# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

## H ä n d e Hygiene!

Schutz außer  
Haus - immer  
einstecken:



- **Plastiktüte**

(Schutz am Einkaufswagen [kann zur Warenentnahme abgenommen und danach wieder übergestülpt werden])

- **Kugelschreiber**

(bei erforderlichen Unterschriften bei Notaren, Banken o. ä.)

- **Händedesinfektionsmittel**

(aber wirklich nur außer Haus nötig)

Schutz von außen

©

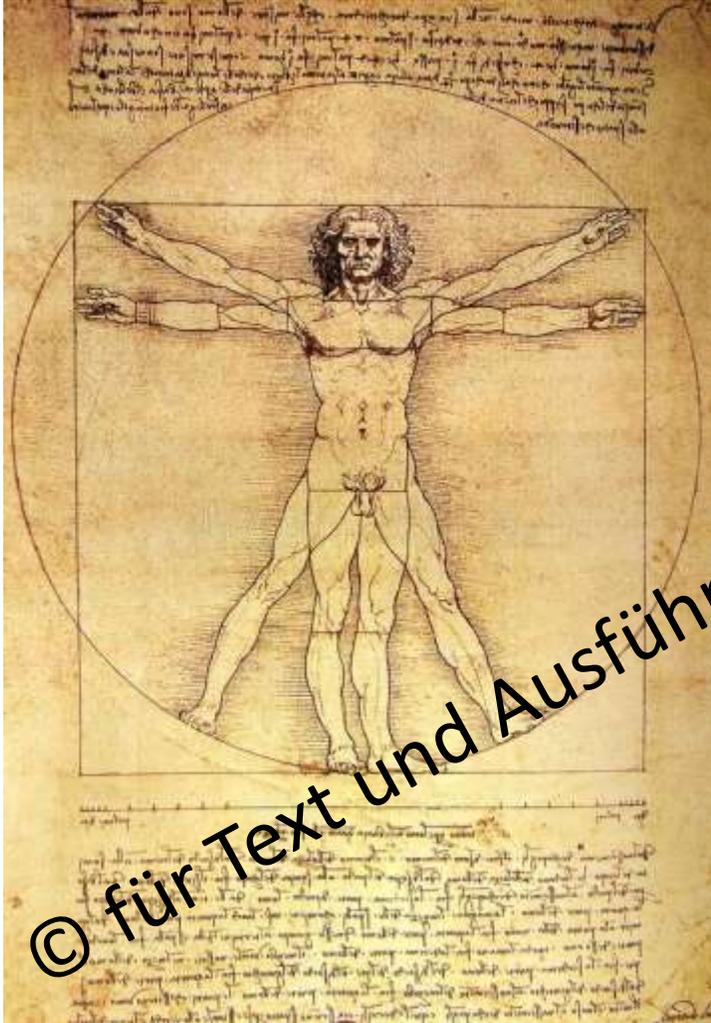
Das Desinfektionsmittel sollte VAH- bzw. RKI-gelistet sein!

# Immunsystem Wo?

**Eintrittspforten**

**Gesamter  
Stoffwechsel**

**Lebensordnung  
(die Seele  
nicht vergessen!)**



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn

Schutz von innen

# Immunsystem **Wie?**

Schutz von innen



## Eintrittspforten

- **Mund - Nase - Rachen -**

- **Zahnpflege**

(nach den Mahlzeiten  
Zähne putzen)

- **Mund- und Rachenraum**

keimreduziert halten

(*Cystus Pandalis-*  
*Lutschpastillen*)

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn

# Immunsystem **Wie?**



## Eintrittspforten

- **Mund - Nase - Rachen -**  
**Biologische Desinfektion**  
**und avirale Präparierung**  
**der Schleimhaut durch**

- **Cystus 052-Präparate**  
**Dr. Pandalis Iutschen**
- **Engystol Heel Iutschen**
- **Schwarztee Mundspü-**  
**lungen (aber auf Dauer die**  
**Zahnfarbe?!)**

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßnaunten

...aber sprechen  
Sie darüber bitte mit Ihrem



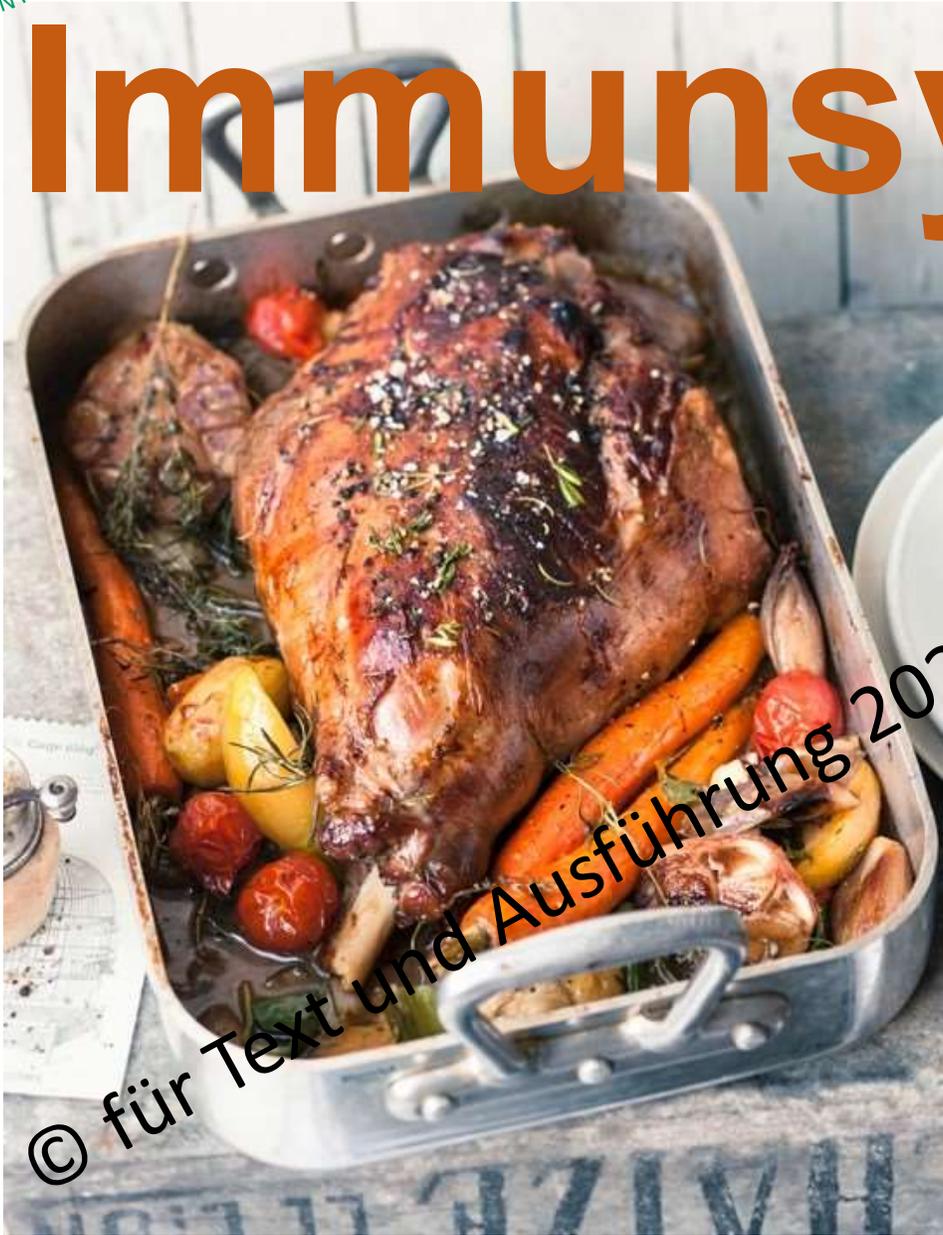
Heilpraktiker, Arzt oder Apotheker

# Immunsystem **Wie?**

**Gesamter  
Stoffwechsel**

**Ernährung -**

- **Salate** (pflanzlich, nicht immer Fleischsalat :-)
- **Buntes Gemüse**
- **Fleisch und Fisch** gelegentlich



© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßnaunten

Schutz von innen

# Immunsystem **Wie?**

## Gesamter Stoffwechsel

### Vitalstoffe -

- **Vitamin A** (nicht bei Rauchern, nicht bei Bluthochdruck)
- **Vitamine B-Komplex, C, D** (mind. 200 iE tgl.)



©.. aber sprechen Sie darüber bitte mit Ihrem Heilpraktiker, Arzt oder Apotheker

Schutz von innen

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßnaunten

# Immunsystem **Wie?**

Schutz von innen



**Gesamter  
Stoffwechsel  
und  
Lebensordnung**

- Wandern
- Spazieren gehen
- Kneipp-Anwendungen
- Trockenbürsten
- Schlaf ausreichend

© für Text und Ausführung 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßnaunten

# IHN nicht vergessen!



Und ob ich schon  
wanderte im finstern  
Tal, fürchte ich kein  
Unglück; denn DU bist  
bei mir, DEIN Stecken  
und Stab trösten mich.

David - Psalm 23,4

Alle eure Sorge werft auf ihn; denn ER sorgt  
für Euch.

Apostel Petrus - 1 Petrusbrief 5,7

Schutz von Oben

© für Text und

Friedrich Ch. Horn, Roßna



# Corona – Kurz Tipps für Horn's Patienten

# Danke für's durchblättern.

© Texte 2020 by Friedrich Ch. Horn, Roßhaupten

Begründer der Dynamischen Wirbelsäulen-Therapie | Biomechaniker Physikalische Therapie - Physiotherapie  
Heilpraktiker (Genehmigung zur Ausübung der Heilkunde ohne Bestallung - Vollheilpraktiker ohne sektorale Fachbegrenzung)  
zus. Fachausb. Physikalische- und Physio-Therapie, Ges.-Päd.

Naturheilkundliche Praxisschwerpunkte:  
Orthopädische und orthopädisch-neurologische Erkrankungen | Neuraltherapie | Schmerztherapie  
therapeutische Biomechanik | Physiotherapie und Physikalische Therapie  
Mitbehandlung des Bewegungsapparat beeinflussender internistischer Symptome und Erkrankungen

87672 Roßhaupten | Hauptstraße 8

Tel: 08367 913150 | eMail: Horn@dwth.com | <http://www.dwth.com>

© Bilder und Grafiken by [www.pinterest.de](http://www.pinterest.de), [pixabay.com/de](http://pixabay.com/de), [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de) und weitere freie Abb. im Internet.