

Grundsätzliche Leitlinie zum Coronavirus

Chen Shen und Yaneer Bar-Yam
New England Complex Systems Institute
(übersetzt von K. Weisser, V. Brunsch)

März 2020

I. AN ALLE:

- Wir müssen anerkennen, dass dies keine normale Situation ist. Normales Verhalten muss angepasst werden, um zu überleben und das Leben anderer zu schützen und aufrecht zu erhalten.
- In 80 Prozent der Fälle ist der Krankheitsverlauf mild, 20 Prozent der Fälle müssen im Krankenhaus behandelt werden, 10 Prozent der Fälle werden intensivpflichtig und in zwei bis vier Prozent der Fälle sterben Infizierte. Auch milde Fälle sind ansteckend und können zu schweren Verläufen bei anderen Menschen führen. Jeder hat die Verantwortung, Familie, Freunde und die Gesellschaft vor mehr Schaden zu bewahren.
- Minimieren Sie physischen Kontakt. Erhalten sie notwendige Tätigkeiten aufrecht und andere nur dort wo möglich. Helfen Sie anderen so viel Sie können.
- Es kann sein, dass Verhaltensweisen nicht sofort ideal der Situation angepasst sind, aber jeder Schritt, den Sie unternehmen, um sich weniger einer potentiellen Infektion auszusetzen, reduziert sowohl Ihr eigenes Risiko als auch den Ausbruch. Jegliche Maßnahmen können mit der Zeit und durch Zusammenarbeit verbessert werden.

II. SELBSTISOLATION:

- Halten Sie zwei Meter Abstand zu anderen Menschen und versuchen Sie, unsichere öffentliche oder gemeinschaftlich genutzte Oberflächen nicht zu berühren.
- Helfen Sie anderen Menschen in Ihrer Umgebung ohne körperlichen Kontakt. Bleiben Sie online im Austausch.
- Benutzen Sie Seife, Desinfektionsmittel, Handschuhe und Plastiktüten.

- Bleiben Sie informiert über typische Symptome und örtliche Anweisungen rund um Testen und Behandlung. Seien Sie in der Lage, unverzüglich zu handeln, wenn sich irgendwelche Symptome einstellen.
- Vereinbaren Sie einen regelmäßigen Austausch mit einem verlässlichen Verwandten oder Freund (in manchen Fällen treten Symptome sehr rasch auf).

III. FAMILIE UND FREUNDE:

- Teilen Sie einen Safe Space mit Familie / Freunden, die damit einverstanden sind, sich unter gemeinsamen Regeln von anderen zu isolieren.
- Koordinieren Sie Hilfe mit anderen innerhalb dieses Safe Spaces.
- Individuen mit Symptomen oder einem positiven Test sollten sich getrennt von Familie und Freunden isolieren.

IV. GEMEINDE:

- Identifizieren sie Zonen und bewachen sie, insofern das möglich ist, deren Grenzen, indem Sie nur notwendigen Verkehr erlauben.
- Organisieren sie die Lieferung von lebensnotwendigen Gütern ohne direkten Kontakt.
- Untersuchen Sie alle Mitglieder der Gemeinde auf Symptome. Testen und isolieren Sie wenn nötig. Machen Sie Individuen kenntlich, die wahrscheinlich nicht infiziert sind.
- Stellen Sie Pflege ohne direkten Kontakt für isolierte Personen zur Verfügung.
- Erweitern Sie nach und nach Safe Space-Einrichtungen und -Dienstleistungen.

V. FIRMEN/ORGANISATIONEN:

- Maximieren Sie Heimarbeit, um Selbstisolation zu ermöglichen und Safe Spaces zu fördern.
- Erhalten Sie alle wesentlichen Funktionen aufrecht und reduzieren Sie den Einfluss auf alle Funktionen, indem Sie den Arbeitsplatz zum Safe Space machen.

VI. GESUNDHEITSWESEN:

- Trennen Sie Einrichtungen, um Kontaminierungen zu vermeiden. Schaffen Sie temporär große, voneinander getrennte Räume für verschiedene Versorgungslevel.

VII. GEMEINDE/REGIERUNG/FIRMEN:

- Organisieren Sie schnelles Testen, um "sichere" und zu isolierende Individuen zu identifizieren.
- Isolieren Sie Gruppen mit aktiver Übertragung und helfen Sie mit der Grundversorgung.