

Wie wir die Pandemie bis jetzt gemeistert haben

Ganz ohne Kommentare zu Corona geht es auch diesmal nicht.

Ich hatte ja gebeten, mir für diese Ausgabe Eure Erfahrungen und Erlebnisse mitzuteilen.

Nachfolgend berichten hier einige Mitglieder:

Corona beherrscht die ganze Welt

Notburg Ohlig Mai 2021, Gruppe Konstanz

Corona morgens, mitags, abends und bei Nacht! Radio, Fernseher, Zeitung, Hausgemeinschaft, es gab und gibt nur dieses eine Thema.

Es sind viele Menschen qualvoll gestorben und viele Genesene leiden an den Folgen der Erkrankung.

Dabei ging es uns in Deutschland noch gut, weil es viel Hilfe gab und gibt. Wir konnten in den Medien sehen, wie furchtbar in einigen Ländern, in denen es diese Hilfen nicht gab, weil die Gesundheitssysteme zu schlecht sind.

Ich habe bisher großes Glück gehabt, war immer vorsichtig und nur einmal die Woche Lebensmittel (und Klopapier!) einkaufen.

Meine Familie in der Schweiz habe ich schon sehr vermisst und die drei Frauen im Heim, die ich sonst regelmäßig besucht habe.

Die Heimbewohner haben sehr gelitten; sie durften die Zimmer icht mal zu den Mahlzeiten verlassen.

Da hatte ich es doch sehr gut: Garten hinterm Haus und eine gute Hausgemeinschaft.

Schlimm ist für mich die Maskenpflicht. Ich atme angeblich falsch und habe dann eine beschlagene Brille.

Sehr viele Bücher habe ich gelesen, alles, was mjr unter die Augen kam, und natürlich fernsehen zu jeder Tages- und Nachtzeit, Musik gehört und telefoniert.

Oft habe ich die Vögel an der Futterstelle im Garten beobachtet und so manchen Streit gesehen – halt wie bei den Menschen.
Im Städtle war ich so gut wie nie.

Es gibt leider immernoch Querdenkner, Leugner und Impfgegner die sich eben nicht an die Vorschriften halten.

Sicher haben Familien, Kinder und Jugendliche sehr lange unter all den Auflagen gelitten und sie brauchen Unterstützung von uns allen.

Als im Bodenseeforum ein Impfwochenende angeboten wurde, habe ich ganz flott einen termin bekommen. Was soll ich sagen?Es war eine gute Erfahrung. Lauter freundliche Menschen und ich hatte auch keine Nebenwirkungen. Es gibt einen Hoffnungsschimmer am Horizont! Die Zahlen der Neuinfektionen sinken und es gibt ein paar Lockerungen.

Aber **BITTE**, bitte **VORSICHT**, vorbei ist es noch nicht.

Es besteht die Hoffnung, dass wir uns bald wieder treffen dürfen.
Darauf freue ich mich schon sehr.

In diesem Sinne, liebe Grüße an alle; paßt weiter gut auf Euch auf.

Notburg

Gedanken zu CORONA

Gebhard Schulz, Gruppe Konstanz

Es war der 1. Dezember 2019 als der Krankheitserreger „SARS-CoV-2“ in der Volksrepublik China, Verbreitungsort Wuhan Hubei, erstmals öffentlich bekannt gegeben wurde.

Er wurde schon Monate vorher entdeckt, leider jedoch von der Chinesischen Regierung verleugnet, Mediziner die den Virus und seine Gefährlichkeit entdeckt haben wurde es sogar unter Strafe verboten darüber zu sprechen oder bekannt zu machen.

Der ein oder andere Wissenschaftler aus China ist gar plötzlich verschollen.

Am 24.Januar 2020 trat der erste Coron fall in Deutschland auf.

Am 11.März 2020 wurde Corona zur Pandemie erklärt.

An was denke ich vor Corona, was hat da die Nachrichten und die Presse gefüllt?

Da war das Dauerthema Großbritanniens Austritt aus der EU, der Monate langen Verhandlungen und Verzögerungen um den „Brexit „ geregelt oder chaotischer sogenannter

„No-Deal-Brexit“ ich konnte es nicht mehr hören.

Ganz zu schweigen mit „Mister American First Donald Trump“, der seine Wiederwahl zwar verloren hat, aber in seinem, ich will's mal vorsichtig ausdrücken, übertriebener patronisierender Kommunikation und Überzeugung seine Niederlage bis heute als Wahlbetrug behauptet.

Theresa May, „Blondschoopf“ Boris Johnsons, und Donald Trump diese drei Namen kommen mir vor CORONA hauptsächlich in den Sinn.

Dann kam plötzlich dieser grausame Weltweit tobende und hoch ansteckende Virus. Der uns seit Januar oder spätestens seit dem 11. März 2020 nicht mehr los lässt.

Es sind jetzt bereits 17 Monate an dem kein Tag vorbei geht ohne dass mehrfach am Tag im Radio, im Fernsehen in den Nachrichten, oder in unzähligen Talkshows berichtet und diskutiert wird. Ganz zu schweigen in der täglichen Presse oder Illustrierten.

Die Virologen, die Forscher, Mediziner, Kranken- und alten Pfleger/innen und Psychologen sind im Dauereinsatz den Kranken, den Genesenen aber auch den Gesunden zu helfen und zur Seite zu stehen.

Das Leben, der Alltag, die Familien, die Alten und Kranken in Pflegeheimen oder Krankenhäusern werden plötzlich total isoliert und „weg gesperrt“.

Es geht an die banalsten Grundrechte und Selbstverständlichkeiten die verboten werden.

Die Arbeitswelt, das Reisen, das Vergnügen, die Kultur das Treiben in den Innenstädten oder Gemeinden ist plötzlich wie ausgestorben und Menschenleer.

Die gesamte Geschäftswelt, die Gastronomie und Hotellerie, die Pensionen oder andere Beherbergungsbetriebe alles wird geschlossen. Die Stadien werden zu Geisterstätten für die Sportler. Freizeit Einrichtungen, Kindergärten, Schwimmbäder oder Parks alles muss schließen. Menschen verlieren ihre Arbeit, unzählige Arbeitnehmer müssen in Kurzarbeit. Viele Existenzen stehen vor dem Ruin. Die Politik nimmt Milliarden in die Hand um schnell zu helfen. Was passiert? Verbrecher und gewissenlose Menschen bereichern sich unberechtigt und verschlingen Milliarden an Euro. Was bleibt der

Politik anderes übrig als zurück zu rudern und das Antragswesen extrem kompliziert und folglich extrem langwierig zu machen. Viele Geschäftsleute, Handwerker oder Selbständige verlieren ihre Lebenswerke und Existenzen.

Überall ist es Pflicht Abstand zu halten und Mundschutz zu tragen. Was mir persönlich sehr schwer gefallen ist plötzlich durfte ich niemanden mehr die Hand zur Begrüßung oder Verabschiedung geben. Mir ist es oft passiert, dass ich jemanden die Hand entgegen streckte, diese aber dann verweigert wurde. Liebe Freunde, selbst die Töchter mit Ihren Männern und unsere Enkelkinder niemanden durfte ich mehr drücken und innig begrüßen oder verabschieden. Alles war nur noch auf Abstand und Sicherheit. Natürlich habe ich auch eingesehen, dass das zu unser aller Sicherheit war und ist.

Sogar die Hochzeit unserer Tochter durften wir im Mai letzten Jahres nicht miterleben.

Da gab es einen Standesamt Termin an dem nur das Brautpaar und die Trauzeugen anwesend sein durften. Zu dieser Zeit waren die Vorgaben extrem streng, wir durften nicht mal anschließend kommen um zu gratulieren. Da waren die Vorgaben wie viel Menschen sich als Gruppe treffen durften sehr eng. Also war man auf Technik wie Video oder natürlich Fotos beschränkt. Da sich unser zweiter Enkel angekündigt hatte, wollten die werdenden Eltern aber die Standesamtliche Trauung, vor der Geburt besiegelt haben.

Geburtstage, Weihnachten, Ostern wo es früher selbstverständlich war, dass man in großem Familienverband zusammen feierte alles war nicht erlaubt.

Von April bis Juni 2020 waren unsere Gruppentreffen von der Selbsthilfe chronischer Schmerz e.V. leider auch verboten. Dann war im Sommer, mit Mundschutz und Auflagen wieder die Möglichkeit sich zu treffen. Im Kalender habe ich gefunden, dass wir dann aber am 16. September bis heute aktuell alle Termine absagen mussten.

Am traurigsten war in diesem Zusammenhang, dass wir zweimal unsere Feier zum 20 jährigen Bestehen absagen mussten.

Am 26. Dezember 2020 war der offizielle Impfbeginn in Deutschland, eine 101 jährige Heimbewohnerin hat in Deutschland die erste Impfung bekommen.

Es wurde festgelegt, dass zuerst Heimbewohner und über 80 jährige die erste Impfung bekommen sollen. Dann kamen Berufsgruppen, leider war der Impfstoff zu jederzeit bis heute immer Mangelware.

Jedes Bundesland hat seine eigene Strategie oder Priorität entwickelt, es gab Bundesländer da wurden die über 80 jährigen angeschrieben und zum Impftermin eingeladen, andere haben Wochen gar Monate gebraucht um an einen Impftermin zu kommen. Unser Gesundheitsminister mit seinem Stab hat bestimmt sein bestes gegeben, klar hat er Fehler gemacht, (nur der der nichts tut kann keine Fehler machen) schade ist bis heute, dass er leider meist mehr verspricht als er halten kann.

Zurzeit müssen sogar vereinbarte Impftermine wieder abgesagt werden, weil der Impfstoff wieder zur Mangelware wurde.

Ende Mai werden wir trotzdem, wahrscheinlich die Anzahl von 34.000.000 Erstimpfungen überschreiten.

Voraussichtlich soll im Juni 2021 die Priorisierung in *Deutschland* aufgehoben werden, bleibt jedoch die Frage, was nützt es wenn der Impfstoff Mangelware bleibt?

Zum Schluss aber was positives, aller Wahrscheinlichkeit nach dürfen wir uns ab Mitte Juni wieder in kleinen Gruppen mit aktuellem Negativtest treffen.

Gebhard Schulz, Mai 2021

Von Corona geheilt???

Silke Berktold, Gruppe Singen

Nach 13 Monaten Corona-Pandemiezeit erkrankte ich, für mich unerklärlich, auch wo ich mich angesteckt haben könnte, Mitte April 2021 an der alpha-Variante (Britische) von Covid 19.

Ich hatte schon 2 – 3 Tage Kopfschmerzen, welche ich aber auf das wechselhafte, ungewöhnliche Wetter schob, da ich sehr wetterfühliger bin.

Als ich am 3. Tag (Mittwoch) meinen Kopf fast nicht mehr bewegen konnte und mir meine Haare- samt Wurzeln unglaublich schmerzten, wurde ich dann doch misstrauisch, da ich so etwas bisher nicht gekannt habe. Ein Selbsttest fiel positiv aus.

Ich verständigte meinen Mann in der Firma, damit dieser sofort seinen Arbeitgeber informieren und seinen Arbeitsplatz verlassen konnte.

Danach rief ich unseren Hausarzt an, der jeden Morgen ab 11 Uhr Corona/Infektionssprechstunde hat, von dem wir sofort in Quarantäne geschickt wurden.

Am Donnerstag wurde uns hier ein PCR Test genommen.

Ich war sehr beunruhigt und es ging mir nicht gut. Ich fühlte mich so schlecht und schwach, dass ich nach dem Arzttermin und der Einnahme des verordneten, hochdosierten Multivitaminpräparats direkt ins Bett ging.

Ich bekam Fieber, das bis Samstag auf 38,9° anstieg und ich wurde am ganzen Körper und Gesicht aschfahl und grau.

Freitagabend informierte uns der Hausarzt das bei mir ein positives, bei meinem Mann ein negatives Testergebnis vorlag.

Zudem stieg das Fieber weiter und ich bekam starken Husten und Halsweh.

Das Gesundheitsamt rief an, teilte mir mein negatives Testergebnis mit schickte mir per e-mail Verhaltens- und Quarantäneauflagen zu gab mir ein TAN Nummer für die Corona App und wollte die kompletten Kontaktpersonendaten der letzten 7 Tage vor Testergebnis.

Ich verschlief Samstag und Sonntag fast durchgängig.

Am Montag ließen die Kopfschmerzen nach, das fieber sank etwas, aber Husten und Halsschmerzen nahmen zu.

Da mein Mann sich nach 5-7 Tagen einem erneuten PCR-Test beim Hausarzt unterziehen musste, fragte er gleich nach, ob ich als „Positive“ zum Abhören der Lunge in die Praxis kommen dürfe.

Dienstags durften wir dann beide zum Termin, wobei ich natürlich gesondert und nur durch Arzt in kompletter Schutzausrüstung untersucht wurde.

Mein Mann war weiterhin negativ; mir ging es, wohl auch das hochdosierte Multivitaminpräparat, langsam nach ca. 8 bis 9 Tagen Bettruhe langsam besser.. 5 Tage später endete dann auch meine Quarantäne, die ich aber freiwillig noch ein paar Tage länger durchhielt.

Glücklicherweise habe ich niemanden angesteckt.

Aber.... bin ich geheilt!?

Ich schreibe diesen Erfahrungsbericht 5 wochen später und nach negativem PCR Test aber, ich bin nicht „die Gleiche“ wie vor der

Corona-Erkrankung:

- ich bin kurzatmig
- gerate schnell in Luftnot
- kann nicht mehr so bewusst atmen (Yoga-Atmung usw.)
- Gymnastik- und Sporteinheiten fallen mir schwer
- irgendwie ist bei mir ein „Stecker“ gezogen.

Kurzum, ich bin:

- kurzatmig
- energielos
- lustlos
- antriebslos
- kraftlos
- ich habe ein schlechtes Haut- und Haarbild.

Hoffentlich bessern sich diese Symptome im Laufe der Zeit.

Silke

Gerlinde Schmidt Gruppe Konstanz

Mich haben die ständig wechselnden Regeln genervt. Das wöchentliche Training im Studio hat mir sehr gefehlt und ich bin froh, dass das nun wieder stattfinden kann. Ab und zu „Lädele“ gehen und Besuche machen ist jetzt endlich wieder möglich, wobei man doch irgendwie zurückhaltend ist. Ich stelle ein Nachlassen der Kraft fest. Mittlerweile bin ich Problem los 2 mal geimpft. Ich freue mich, dass endlich wieder Gruppentreffen stattfinden.

Harry Mayrock, Gruppe Konstanz

Mir hat alles nicht besondere Probleme gemacht, da ich mich nach dem Tod meiner Frau eh sehr zurückgezogen habe. Die Wochenenden war ich bei meiner Tochter. Durch den Hund bin ich viel unterwegs gewesen. Seit ein paar Wochen treffe ich mich täglich mit einer anderen Hundebesitzerin zum Spaziergang, das tut mir sehr gut. Solange es ging, hab ich mich mit Annette zum frühstück beim Rewe getroffen und wir haben viel telefoniert.

Bin jetzt 2 mal geimpft, hab gerne am 1. Treffen im DRK teilgenommen und hoffe, dass es jetzt endlich „normaler“ wird.

Hedwig Staiger Gruppe Stockach

Meine Kräfte haben schon sehr nachgelassen und ich komme erst langsam wieder in Trab. Da ich allein nicht mehr gut zu Fuß bin, musste ich leider viel Zeit in der Wohnung verbringen. Gefreut habe ich mich über jeden Anruf und das eine Dame zu mir kam und mit mir gequasselt und gespielt hat.

Bin 2 mal ohne Probleme geimpft und freue mich jetzt auf mehr Bewegungsfreiheit. Unterstützt werde ich dabei von meinem Sohn. Kreuzworträtsel, Lesen und auf dem Heimtrainer aktiv sein haben außer dem Fernseher die Zeit verkürzt.

Das gestrige Treffen mit der Gruppe in Ludwigshafen hat mir gut getan. Da konnte auch das Unwetter nichts dran ändern. Positiv in die Zukunft blicken und sich nicht unterkriegen lassen.

Anmerkung:

Hedwig ist **97 Jahre** alt und kommt regelmäßig aus **Überlingen** zu den Stockacher Treffen. Vor Corona noch allein mit Bus oder Bahn, mit Gehwagen und stets guter Laune.

R e s p e k t.