

## Empfehlungen für Patienten die an rheumatischen Erkrankungen leiden

### COVID-19 Mitteilungen

Diese Informationen wurden zuletzt am Dienstag, den **31. März 2020**, aktualisiert, können sich jedoch in Zukunft ändern. Behalten Sie auch die Website der Regierung im Auge ([www.rki.de](http://www.rki.de)).

In den meisten Ländern wurden Einschränkungen auferlegt. Reisen sind nur unter bestimmten Umständen gestattet (siehe die RKI-Website [www.rki.de](http://www.rki.de)). Reisen ist normalerweise erlaubt, wenn Sie beispielsweise ein Gesundheitsproblem haben.

**Beachten Sie die Anweisungen:** Waschen Sie Ihre Hände mit Wasser und Seife (mindestens eine Minute) oder mehrmals täglich mit einem Desinfektionsmittel und nach jedem Kontakt, nach dem Niesen (innerhalb Ihres Ellbogens) oder nach dem Nase putzen (mit einem Papiertaschentuch) und danach mit möglicherweise kontaminierten Oberflächen in Kontakt kommen. Begrüßung ohne Händeschütteln oder zu küssen. Halten Sie mindestens 1,5 Meter Abstand von anderen Personen. Wenn Sie draußen waren, berühren Sie Ihr Gesicht nicht, bevor Sie Ihre Hände gewaschen haben. Bei neuen ungewöhnlichen Atemproblemen: Tragen Sie 14 Tage lang eine Maske, um die Menschen um Sie herum zu schützen (siehe unten) und beachten Sie die Vorschriften.

**Nehmen Sie Ihre immunsuppressiven Medikamente oder Biologika weiter ein**, es sei denn, es gibt Anzeichen einer Infektion (Fieber, Husten, Atembeschwerden, Muskelschmerzen, Geruchsverlust), dann nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Behandlungsspezialisten.

**Nehmen Sie weiterhin Prednison** (oder Colchicin gegen entzündungshemmende Erkrankungen) ein. Brechen Sie nicht ab, die Arzneimittel gegen Ihre rheumatische Erkrankung Hydroxychloroquin oder Chloroquin einzunehmen ohne Ihren Arzt oder Spezialisten zu konsultieren

Bestellen Sie Ihr Hydroxychloroquin einige Tage vor der Fertigstellung des Arzneimittels in der Apotheke (jedes Land hat seine eigenen Richtlinien dafür).

**Nehmen Sie keine NSAIDs oder Steroide gegen Fieber oder Infektionen ein**, nehmen Sie stattdessen Paracetamol.

**Sie sind anfälliger für Viren, wenn Sie Immunsuppressiva, Biologika oder Kortikosteroide**, mehr als 10-15 mg Prednison oder ähnliches einnehmen. Bleiben Sie so oft wie möglich zu Hause und bitten Sie um Hilfe um die Einkäufe für Sie zu erledigen aber begrenzen Sie den Kontakt und halten Sie Abstand. Gefährdete Menschen werden aufgefordert, zu Hause zu bleiben und von zu Hause aus zu arbeiten. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arbeitgeber. Eltern mit Kindern, die biologische oder immunsuppressive Medikamente einnehmen, können zur Arbeit gehen, müssen jedoch alle Vorsichtsmaßnahmen treffen. In besonderen Situationen wenden Sie sich bitte an den Betriebsarzt.

**Wenn Sie mit jemandem in Kontakt waren, der positiv auf COVID-19 getestet wurde, oder wenn Sie selbst Symptome des COVID-19 feststellen (Fieber, Husten, kein Geruch, Atemprobleme)**

- **Bleiben sie zu Hause, gehen sie überhaupt nicht nach draußen**
- **Halten Sie Abstand**
- **Wenn bei Ihnen Symptome auftreten, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder behandelnden Spezialisten**
- **Überprüfen Sie 14 Tage lang zweimal täglich, ob Sie Fieber haben**
- **Wenn möglich, schlafen Sie separat. Wenn die öffentlichen Bereiche (z. B. Badezimmer) von mehreren Personen benutzt werden, müssen sie regelmäßig gereinigt und desinfiziert werden (Bleichmittel verwenden: siehe Gebrauchsanweisung auf der Verpackung). Verwenden Sie keine Handtücher oder Toilettenartikel anderer Personen.**
- **Berühren Sie keine Türgriffe, Schalter und glatten Oberflächen, sondern reinigen Sie sie regelmäßig mit einem Desinfektionsmittel, um Ihre Familie zu schützen**
- **Lüften Sie das Haus oder die Wohnung und das Zimmer mehrmals täglich**

Diese Empfehlungen werden von ERN ReCONNET, dem Europäischen Netzwerk für seltene und komplexe Bindegewebs- und Erkrankungen des Bewegungsapparates, gebilligt:  
<http://convernet.ern-net.eu>