

Covid-19 | Antworten von Dr. med. Walter O. Frey (CMO Swiss-Ski)

Wie muss ich vorgehen, wenn ich Symptome habe?

Teammitglieder, welche Covid-19-Symptome aufweisen, begeben sich unverzüglich in Quarantäne und informieren den Gruppentrainer sowie den Teamarzt. Der Teamarzt stellt die bestmögliche medizinische Betreuung sicher und gibt die Anweisung, wo sich das erkrankte Teammitglied testen lassen kann. Die Quarantäne gilt mindestens bis zum Erhalt des Testresultats.

Ist der Test negativ, handelt es sich möglicherweise um eine normale Grippe. Die Quarantäne kann beendet und die Erkrankung «normal» weiterbehandelt werden.

Ist der Test positiv, geben die kantonalen Behörden/das Tracing-Center Anweisungen zum weiteren Vorgehen. Die Quarantäne bleibt bestehen. Der Gruppentrainer und der Teamarzt müssen unverzüglich über den positiven Test informiert werden. Die Quarantäne dauert bei einem positiven Resultat mindestens 10 Tage ab der Durchführung des Tests. Falls die Symptome länger als diese 10 Tage andauern, gilt die Regel, dass ab Ende der Symptome die Quarantäne noch 48 Stunden beibehalten werden muss.

Bevor die erkrankten Personen wieder ins Team integriert werden, muss ein negativer Test vorliegen.

Welches sind konkret die Symptome für Covid-19 respektive wann muss ich diese (meinem Gruppentrainer) melden?

Die Symptome können sehr vielfältig sein. Sie gleichen häufig einer Grippe mit Fieber, Husten, Hals- und Gliederschmerzen sowie Müdigkeit, hinzu kann der Verlust des Geruch- und Geschmacksinns kommen. Es können aber auch Magen-Darm-Beschwerden auftreten. Somit gilt es, bis auf Weiteres jede Erkrankung unverzüglich dem verantwortlichen Gruppentrainer zu melden. Wer nicht zu 100 Prozent gesund ist, darf nicht in einen Trainingskurs von Swiss-Ski einrücken.

Wie muss ich vorgehen, wenn jemand innerhalb meiner Trainingsgruppe Symptome aufweist?

Wird ein Teammitglied deiner Trainingsgruppe positiv getestet, startet – parallel zum behördlichen Tracing – der Gruppentrainer ebenfalls mit dem Tracing. Er klärt ab, wann die Teammitglieder zum letzten Mal Kontakt mit dem Erkrankten hatten. Anhand dieser Liste müssen alle Personen mit direkten Kontakten zum Erkrankten für 10 Tage in die Quarantäne (ab dem letzten Kontakt). Fünf Tage nach dem letzten Kontakt mit dem Erkrankten muss ein Test gemacht werden. Wo du dich testen lassen kannst, erfährst du via Hotline deines Wohnkantons (<https://www.ch.ch/de/coronavirus#kontakte-und-informationen-der-kantonalen-behoerden>). Bei negativem Test kannst du nach insgesamt 10 Tagen Quarantäne seit dem Beginn der Symptome oder dem Test (früheres Datum gilt) wieder ins Team zurückkehren.

HAUPTSPONSOR



SPONSOREN



FAHRZEUGPARTNER



OFFICIAL BROADCASTER



AUSRÜSTER



Der Begriff «Kontakt» bedeutet, dass theoretisch die Möglichkeit einer Ansteckung bestanden haben könnte (Regeln konnten nicht zu 100% eingehalten werden etc.). Hier besteht ein gewisser Ermessens-Spielraum. Swiss-Ski fasst zum Schutze der Teams diesen Begriff sehr weit.

Sowohl die Quarantäne von 10 Tagen als auch der Test nach 5 Tagen ist eine BAG-Vorschrift, welche schweizweit gilt.

Wer übernimmt die Kosten für die Corona-Tests?

Sowohl der Test bei Symptomen als auch der Test 5 Tage nach dem Kontakt mit einem Erkrankten werden vom Bund übernommen. Bei einem Test im Rahmen des Tracing brauchst du, damit der Test bezahlt wird, das OK der Tracing-Behörde.

Die Kosten für den Test von wieder gesunden Teammitgliedern vor der Rückkehr in den Trainingsbetrieb sowie weitere von Swiss-Ski angeordnete Tests (z.B. Bedingungen von Veranstaltern) werden von Swiss-Ski übernommen.

Die Kosten für Tests, welche ausserhalb dieser Bestimmungen gemacht werden, trägt das Teammitglied.

Ein PCR-Test kostet ca. CHF 100.-- bis CHF 150.--.

Warum führt Swiss-Ski keine regelmässigen Corona-Tests für Athletinnen und Athleten durch?

Swiss-Ski setzt auf Prävention (gesund einrücken, Einhaltung 1,5-m-Abstand, Hände waschen, Maske tragen, App «SwissCovid» installieren und aktivieren). Das Wichtigste ist, gesund zu bleiben. Die Wahrscheinlichkeit, unter gesunden Personen mittels Tests Leute ausfindig zu machen, die an Covid-19 erkrankt sind, ist verschwindend klein. Prävention durch Tests bedeutet, der Krankheit hinterherzurennen. Hinzu kommt, dass die Tests nicht zu 100 Prozent den korrekten Nachweis erbringen. Erst zwei bis fünf Tage nach einer Infektion liefern sie ein positives Testresultat. Folglich heisst dies, dass ein negativer Test nicht bedeutet, dass die Person zu 100 Prozent keine Covid-19-Erkrankung aufweist. Selbstverständlich lässt auch Swiss-Ski im Verdachtsfall Corona-Tests durchführen. Das Wichtigste sind und bleiben jedoch die Präventionsmassnahmen.

Ausnahme: Der Veranstalter fordert einen negativen Test als Bedingung zur Anreise.

Kann ich mich als Swiss-Ski Athletin/Athlet resp. Betreuer «prophylaktisch», sprich auch ohne konkrete Symptome, testen lassen, wenn ich dies ausdrücklich wünsche (um Gewissheit zu haben)?

Da ohne konkrete Symptome und ohne Kontakt mit Corona-Infizierten die Gefahr einer Infektion sehr klein ist, werden in der Regel in den Testcentren Personen ohne konkrete Symptome nicht getestet.

Auch sind die Test-Kits limitiert, sodass sie für die wirklich indizierten Fälle aufgespart werden müssen.

Einzelne Personen erkranken an Covid-19, ohne dies zu merken (keine Symptome). Wie will Swiss-Ski sicherstellen, dass solche Fälle innerhalb einer Trainingsgruppe nicht auftreten?

Auch Swiss-Ski kann nicht ausschliessen, dass es zu solchen Fällen kommt. Durch das Einhalten der Präventionsregeln durch alle Teammitglieder sollte jedoch bestmöglich sichergestellt sein, dass niemand erkrankt.

Ist die Wahrscheinlichkeit eines schweren Verlaufs einer Covid-19-Erkrankung bei mir als Spitzensportlerin oder Spitzensportler geringer?

Wir wissen zurzeit noch nicht, wann es zu einem schweren Verlauf kommt. Es gibt keine Sicherheit, dass die Krankheit auch bei einer Spitzenathletin oder bei einem Spitzenathleten einen sehr schweren Verlauf haben kann.

Ab wann lässt sich eine Covid-19-Erkrankung nach einer Ansteckung nachweisen?

Es dauert mindestens zwei bis fünf Tage, bevor eine Ansteckung mittels Corona-Test nachgewiesen werden kann.

Kann ich auch ohne Symptome bereits eine andere Person anstecken?

Nach heutiger Erkenntnis kann eine Person, welche sich frisch infiziert hat, bereits nach zwei Tagen ohne jegliche Symptome weitere Personen anstecken. Die Symptome treten in der Regel erst eine Woche und spätestens 14 Tage nach einer Ansteckung auf. Somit kann jemand ohne Wissen und vollständig gesund über längere Zeit andere anstecken.

Wie hat sich Swiss-Ski organisiert, um bei Verdachtsfällen in meiner Trainingsgruppe möglichst rasch einen Corona-Test durchführen lassen zu können?

Swiss-Ski hat Absprachen mit Ärzten und Testcentren in der Nähe von Trainingsorten getroffen, damit rasch und unkompliziert ein Test durchgeführt werden kann.

Wie lange dauert es, bis die Ergebnisse eines Corona-Tests vorliegen? Gibt es allenfalls auch ein «Express»-Verfahren für uns Athleten?

In der Regel dauert es ab der Testabnahme ein bis zwei Tage. Je nach Postzustellung kann es auch fünf Tage dauern. Es lohnt sich unter Umständen daher, sich direkt in einem spezialisierten Zentrum testen zu lassen.

Welche Arten von Corona-Tests gibt es – und wie zuverlässig sind deren Ergebnisse?

Grundsätzlich gibt es zwei Corona-Tests:

1. Nachweis des Covid-19-Virus
 - wird in der Regel als Nasen-Rachen-Abstrich oder durch Sputum Kollektion durchgeführt

- weist eine akute Erkrankung nach
 - frühestens zwei bis fünf Tage nach einer Infektion positiver Test
2. Nachweis von Antikörper gegen das Covid-19-Virus
- Nachweis einer vor langer Zeit durchgemachten Corona-Infektion
 - wird als Bluttest durchgeführt
 - Resultat-Interpretation befindet sich noch im Forschungsstadium
 - Antikörper scheinen nach vier bis zwölf Wochen im Blut von Erkrankten zu verschwinden
 - ein positiver Antikörper-Test bedeutet keine sichere Immunität
 - Präventionsmassnahmen sind strikte weiterzuführen

Welcher Masken-Typ schützt mich am besten – und wo erhalte ich diese Maske?

Jede Maske ist besser als keine Maske! Am besten schützen die FFP2-Masken, da sie einerseits gegen die Umwelt vollständig abdichten und gleichzeitig einen fast virenundurchlässigen Filter haben. Sie können in einer Apotheke oder über das Internet erworben werden (zum Teil sind sie auch im Grosshandel erhältlich).

Warum sollte ich die Corona-App «SwissCovid» auf mein Smartphone laden und aktivieren?

Entscheidend für die Eindämmung der Pandemie ist das Unterbrechen der Infektionsketten. Die Corona App «SwissCovid» hilft dabei.

Muri b. Bern, 31. August 2020

(Update: 12. Oktober 2020)