

Coronavirus

«Ich schwanke zwischen Angst und Zuversicht»

Coronavirus Redaktorin Edith Krähenbühl hat zystische Fibrose. Eine Infektion mit dem Coronavirus ist deshalb für sie besonders bedrohlich.

Edith Krähenbühl

Ich bin 34 Jahre alt und wohne seit einer Woche wieder in meinem Kinderzimmer. Grund dafür ist das neue Coronavirus. Ich lebe mit der Erbkrankheit zystische Fibrose (CF) und gehöre damit zur sogenannten Risikogruppe. Meine Lungenfunktion beträgt – verglichen mit derjenigen einer gesunden Frau meines Alters – noch um die 40 Prozent. Täglich mache ich zwei bis drei Stunden Atemtherapie, um meine Lunge von dem zähen Sekret zu reinigen. Ich brauche mehr Zeit für Schlaf und Erholung, und statt des Lifts die Treppe zu nehmen, ist für mich eine sportliche Leistung. Nicht trotzdem, sondern gerade deswegen liebe ich das Leben sehr.

Und nun also Corona. Als der erste Fall in der Schweiz auftritt, bin ich gerade im Spital. Durch eine Erkältung hat sich die durch die CF bedingte chronische Entzündung in meiner Lunge verschlimmert. Ich benötige eine intravenöse Therapie mit hoch dosierten Antibiotika, wie schon viele Male zuvor. Als ich meine Ärztin auf das Coronavirus anspreche, sagt sie: «Ich kann Ihnen nichts über mögliche Auswirkungen einer Ansteckung sagen. Wir haben keine Daten zu Covid-19 bei CF.»

Knappe Reserven

Also kann ich nur auf eigene Erfahrungen zurückgreifen. Ich denke und hoffe, dass ich an Covid-19 nicht sterben würde. Mein Körper ist es gewohnt, zu kämpfen. Eine akute Lungenentzündung zusätzlich zur chronischen würde aber mit grosser Wahrscheinlichkeit meine Lungenfunktion weiter verschlechtern. Passiert das, werde ich mich für oder gegen eine Lungentransplantation entscheiden müssen, denn ich habe nicht mehr grosse Reserven. Für eine riskante Operation, noch mehr Medikamente und ein heruntergefahrenes Immunsystem. Oder für ein Leben und Sterben in einem Körper, dem die Luft ausgeht.

Diese Entscheidung will ich noch nicht treffen müssen. Und obwohl ich durch die CF gelernt habe, mit Unsicherheiten zu leben, macht mir das neue Virus Angst. Wie soll ich mich verhalten? Was darf ich noch? Kann ich nach dem Spitalaufenthalt in meinen Job als Journalistin zurückkehren? Darf ich meinen Partner noch küssen?

Als ich nach mehr als zwei Wochen aus dem Spital austreten kann, hat das Bundesamt für Gesundheit (BAG) gerade die Empfehlung herausgegeben, dass Menschen mit chronischen Atemwegserkrankungen öffentliche Verkehrsmittel möglichst meiden sollen. Meine Eltern holen mich mit dem Auto ab. Sie haben weniger Kontakt zu Menschen als mein Freund, der in einem international tätigen Unternehmen arbeitet und oft den ÖV nutzt.

Ständig verfolge ich die News. Dabei schaue ich genau, aus welcher Quelle sie stammen. Die italienische Gesellschaft für Anästhesie, Reanimation und Intensivmedizin hat Empfehlungen veröffentlicht, nach welchen



Spazieren durch die Allee anstatt Yoga im Studio: Edith Krähenbühl, die mit zystischer Fibrose lebt, muss Kontakte minimieren. Foto: Adrian Moser

ethischen Kriterien über die Behandlung von Patientinnen und Patienten zu entscheiden sei. Das heisst, Ärztinnen und Ärzte in Italien müssen bestimmen, wer noch behandelt wird und wer nicht, wenn nicht genügend Pflegeplätze zur Verfügung stehen.

Schnittlauch schneiden hilft

Lese und höre ich solche Nachrichten, kommt mir die Angst plötzlich doch sehr nahe. Um mich abzulenken, bereite ich mit meiner Mutter das Mittagessen zu. Es hilft, Schnittlauch schneiden beruhigt. Für mich, wie für alle anderen wahrscheinlich auch, ist das jetzt das Wichtigste. Hände waschen, Abstand halten,



«Das Coronavirus hält mir den Spiegel vor.»

Ruhe bewahren – es gelingt erstaunlich gut.

Abends schaue ich mich meiner Mutter Kochsendungen. Wenn wir darüber sprechen, was wir alles anders machen würden und was wir nachkochen wollen, ist das Coronavirus weit weg. Was ich mit Vorsichtsmassnahmen regeln kann, habe ich im Moment geregelt. Mein Partner wird in der nächsten Zeit mit dem Velo zur Arbeit fahren und Abstand zu allen anderen Menschen halten, dann kann er mich hier besuchen. Ganz konsequent ist das nicht, aber ich kann mir schlicht nicht vorstellen, ihn jetzt mehrere Monate nicht zu sehen. Gibt das BAG neue Empfehlungen heraus oder erkrankt jemand in unserem Umfeld, müssen wir neu entscheiden.

Derweil gestalte ich meinen Alltag neu. Spazieren in der Schlosswiler Allee statt Yoga im Studio. Kaffeepause mit meinem Vater statt mit Arbeitskolleginnen. Eigentlich ist es schön, so viel Zeit mit meinen Eltern zu verbringen. Trotzdem fehlen mir mein Partner, meine Freundinnen und Gottebuben. Über Whatsapp tausche ich mich mit anderen CF-Betroffenen aus. Die Corona-Diskussion im Gemeinschaftschat ist emotional beladen, einige wollen das Thema lieber verdrängen. Für alle anderen haben wir eine eigene F*-Corona-Gruppe gegründet. Das Profilbild zeigt eine Krone, etwas Galgenhumor muss sein.

Jubel nach negativem Test

Die meisten Fragen in der Gruppe drehen sich um die Arbeitssituation und den Umgang mit Partnerin oder Partner. Wer kann,

meidet den ÖV, arbeitet von zu Hause aus oder vermeidet Kundenkontakt. Der Mann einer Kollegin ist Hausarzt. Die beiden schlafen im Moment in getrennten Zimmern. Hygieneregeln sind uns bestens vertraut, da wir uns immer vor Grippe und Erkältungen schützen müssen. Trotzdem ist auch in der Community die Unsicherheit gross. Alle entscheiden für sich, was sie noch machen können und was nicht. Empfehlungen von Ärztinnen und Ärzten gibt es zurzeit nicht. Eine Kollegin muss sich auf das Coronavirus testen lassen – kollektives Aufatmen und Jubeln nach dem negativen Resultat.

Bereits einen Tag später muss ich meine Schutzmassnahmen überdenken. Am Freitag, dem 13., gibt das BAG neue Empfehlungen heraus. Gemäss Schweizer Radio und Fernsehen sollten Menschen, die zur Risikogruppe gehören, zu Hause bleiben und den Kontakt zu Mitmenschen meiden. Ein Ding der Unmöglichkeit. Wer nicht alleine wohnt, wird Kontakte kaum vermeiden können. Wer alleine wohnt, kann nicht mehr einkaufen gehen.

Die Panik ist nahe

Auf Facebook bilden sich Gruppen zu Nachbarschaftshilfe. Zum Glück, denke ich, das ist Solidarität. Aber wie geht es wohl älteren Menschen, die alleine und nicht online sind? Woher erhalten sie Hilfe? Obwohl es den Empfehlungen entspreche, ist die Vorstellung, jetzt vielleicht mehrere Wochen allein zu sein, für mich schrecklich. Längerfristig muss ich abwägen, was mir mehr schadet, Isolation oder ein auf das absolute Minimum redu-

ziertes Risiko, mich mit dem Coronavirus anzustecken. Es fällt schwer, ob dieser Frage nicht in Panik zu geraten. Doch ich versuche, zu relativieren.

Ich tendiere dazu, mich weiterhin so zu verhalten wie bisher. Meine Eltern, mein Partner und meine Schwester halten sich an die Hygienemassnahmen. Die Ansteckungsgefahr ist auf meine Situation bezogen nicht sprunghaft angestiegen, weil das BAG jetzt strengere Schutzmassnahmen kommuniziert. Solche rationalen Überlegungen lassen mich wieder zur Ruhe kommen. Dennoch, eine gewisse Unsicherheit wird mich – wie viele andere auch – über die nächsten Wochen begleiten.

Ich – und die anderen

Während ich diesen Artikel schreibe, kreisen meine Gedanken um mich: meine Situation, mein Risiko, meinen Schutz. Angst macht egoistisch. Das Coronavirus hält mir den Spiegel vor. Eine Ansteckung ist gefährlich für mich, ja. Aber ich sitze wohlbehütet in meinem Kinderzimmer, das mir immer noch zur Verfügung steht. Bekannte und Unbekannte halten sich an die Regeln des BAG, um Menschen wie mich nicht anzustecken. Ich denke an die Flüchtenden, die auf Lesbos und an der türkisch-griechischen Grenze ausharren. Wer solidarisiert sich mit ihnen? Und mit all jenen, von denen gar niemand weiss, dass es ihnen schlecht geht?

Corona könnte ein Anstoss sein, über Privilegien nachzudenken. Und sich entsprechend zu verhalten. Wir alle brauchen Solidarität. Gerade jetzt.

«Längerfristig muss ich abwägen, was mir mehr schadet, Isolation oder ein auf das absolute Minimum reduziertes Risiko, mich mit dem Coronavirus anzustecken.»