Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts
Illustriert von Axel Scheffler

Coronavirus

Ein Buch für Kinder

Fachliche Beratung: Professor Graham Medley
Professor für Infektionsepidemiologie
London School of Hygiene & Tropical Medicine

BELTZ & Gelberg
nosy crow

Wir würden gerne folgenden Personen für ihre großzügigen und sachkundigen Beiträge danken:

Axel Scheffler

Professor Graham Medley
für Infektionsepidemiologie
London School of Hygiene & Tropical Medicine

Sara Haynes
Schulleiterin, Arnhem Wharf Primary School, London

Alex Lundie
Stellvertretende Schulleiterin, Arnhem Wharf Primary School, London

Monica Forty
Schulleiterin, Ben Jonson Primary School

Doctor Sarah Carman
NHS Klinische Psychologin, spezialisiert auf seelische Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen sowie der Entwicklung des Nervensystems

Dieses Buch ist erhältlich als
ISBN 978-3-407-75833-0 E-Book (pdf)

© 2020 Beltz & Gelberg
in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel
Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Alle deutschsprachigen Rechte vorbehalten
Erstveröffentlichung © 2020 Großbritannien bei Nosy Crow Ltd.
The Crow's Nest, 14 Baden Place, Crosby Row London, SE11YW,UK
www.nosycrow.com
Nosy Crow and associated logos are trademarks and/or registered trademarks of Nosy Crow Ltd
Text © Nosy Crow, 2020
Illustration und Umschlag © Axel Scheffler, 2020
Übersetzung aus dem Englischen: Dr. Christa Söhl
This translation of ***Coronavirus: A Book for Children*** is published by arrangement with Nosy Crow ® Limited

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln
finden Sie unter: www.beltz.de

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Der Text dieser Publikation wird unter der Lizenz Creative Commons Namensnennung – Nicht-kommerziell – Keine Bearbeitung 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) veröffentlicht. Den vollständigen Lizenztext finden Sie unter: https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.de. Verwertung, die den Rahmen der BY-NC-ND 4.0 Lizenz überschreitet, ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird in diesem Buch meist das generische Maskulinum verwendet. Diese Form bezieht sich ausdrücklich auf männliche und weibliche Personen.

Illustriert von Axel Scheffler

Coronavirus

Ein Buch für Kinder

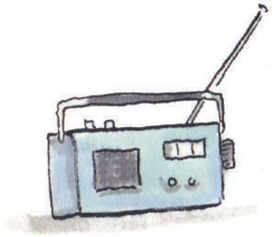
Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts

Fachliche Beratung: Professor Graham Medley
Professor für Infektionsepidemiologie
London School of Hygiene & Tropical Medicine

BELTZ & Gelberg

Du hast sicher schon von diesem neuen Wort gehört.
Vielleicht hast du mitbekommen, wie jemand darüber geredet hat, oder du hast es in den Nachrichten gehört. Das Wort ist der Grund dafür, warum du nicht in die Schule gehst. Es ist der Grund, warum du nur selten rauskannst oder deine Freunde nicht besuchen darfst. Vielleicht ist es auch der Grund, warum die Erwachsenen, auch deine Eltern, zu Hause bleiben.

Dieses Wort heißt



Coronavirus

WAS IST DAS CORONAVIRUS?

Das Coronavirus ist eine bestimmte Art von **Virus**.

Viren (das ist die Mehrzahl von Virus) sind winzige Keime, die so klein sind, dass du sie nicht sehen kannst.

Sie sind so leicht, dass sie in kleinsten Wassertröpfchen in die Luft geraten, und sie sitzen auf deiner Haut, ohne dass du sie bemerkst. Wenn diese Keime in deinen Körper gelangen, können sie sich dort vermehren und dich krank machen.

Es gibt viele verschiedene Sorten von Coronaviren und einige sind ansteckend. Wenn du dich mit einem von diesen Coronaviren angesteckt hast, spürst du wahrscheinlich nicht viel mehr als eine Schnupfennase oder Husten.

Aber falls du dich mit diesem **völlig neuen** Coronavirus angesteckt hast, bekommst du eine Krankheit, die heißt COVID-19. Wenn Leute davon sprechen, dass sie sich mit dem Coronavirus angesteckt haben, meinen sie diese Krankheit.

WIE STECKT MAN SICH MIT DEM CORONAVIRUS AN?

Weil das Coronavirus so neu ist, kennen die Wissenschaftler es noch gar nicht. Aber sie vermuten, dass es zwei Wege gibt, wie man sich ansteckt.

Coronaviren befinden sich im Rachen und im Mund von Menschen. Wenn jemand, der das Coronavirus in sich trägt, hustet oder niest oder ausatmet, treten winzige Wassertröpfchen aus seinem Mund aus.

Auch wenn man die Viren nicht sieht, kann man manchmal die Wassertröpfchen sehen. Wenn es richtig kalt ist, sorgen sie dafür, dass sich Atemwolken bilden! Atmet jemand aus Versehen Coronaviren aus, dann können sich andere anstecken.

Coronaviren geraten leicht aus dem Körper auf deine Hände, wenn du deine Nase oder deinen Mund berührst.

Wenn jemand, der Coronaviren an den Händen hat, eine Tür benutzt, überleben die unsichtbaren Keime auf dem Türgriff für mehrere Stunden. Wenn jetzt jemand anderes die Tür öffnet, hat er die Viren auch auf seiner Hand.

Berührt er dann seine Nase oder den Mund, können die Viren in den Körper gelangen.

Also kann man sich mit dem Coronavirus anstecken, wenn man Dinge anfasst, die jemand anderes, der das Virus in sich trägt, berührt hat.

WAS PASSIERT, WENN DU DICH MIT DEM CORONAVIRUS ANSTECKST?

Einige Menschen, vor allem Kinder, merken fast nichts, wenn sie sich mit dem Coronavirus infizieren. Aber sie tragen das Virus trotzdem in sich und können es unbemerkt an andere weitergeben.

Viele Menschen, die sich mit dem Virus angesteckt haben, bekommen Husten und Fieber. Einige haben Kopfschmerzen oder ihnen tut der ganze Körper weh.

In der Regel sind die Leute für einige Tage krank. Aber Körper sind fantastisch. Wenn ein unbekanntes Virus, wie das Coronavirus, in den Körper eindringt, erkennt der Körper das. Er weiß, dass da etwas ist, was nicht da sein sollte, und versucht, es zu vernichten.

Der Körper hat eine fantastische Waffe gegen Keime, die **Antikörper**. Winzige Zellen in deinem Blut bilden Antikörper und bekämpfen damit ganz unterschiedliche Erreger. Die Antikörper schnappen sich das Virus, damit die weißen Blutzellen es verschlingen können, um es zu zerstören. Danach geht es dem Menschen besser.

Wir alle tragen 10 Milliarden verschiedene Antikörper in uns.

Das heißt, dass du viel mehr unterschiedliche Antikörper in dir trägst, als es Menschen auf der Erde gibt!

WARUM MACHEN SICH MENSCHEN SO GROSSE SORGEN, SICH ANZUSTECKEN?

Fast alle Menschen sind gesund genug, dem Coronavirus zu trotzen. Aber einigen fällt das nicht so leicht, weil ihre Körper schwächer sind. Das können Menschen sein, die älter als 70 Jahre sind, oder andere, die früher sehr krank waren, weil sie zum Beispiel Krebs hatten. Das hat ihre Körper geschwächt.

Sie brauchen mehr Hilfe, um sich gegen das Coronavirus zu wehren. Sie müssen schneller ins Krankenhaus und brauchen vielleicht eine besondere Maschine, ein **Beatmungsgerät**, das sie beim Atmen unterstützt.

Doch auch das rettet manche Menschen nicht und es kann leider sein, dass sie sterben.

Deshalb ist es wichtig, dass diese Menschen zu Hause bleiben, weit weg von allen Orten, an denen sie sich mit dem Coronavirus infizieren könnten.

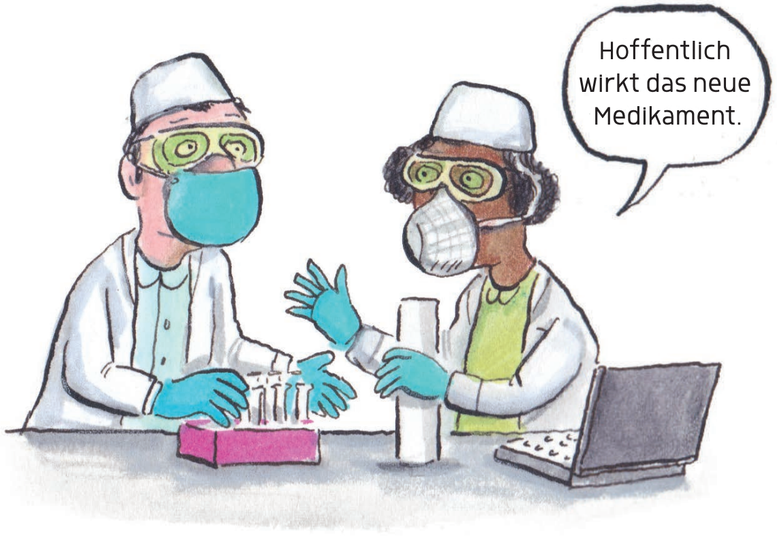
Auch Besuch wäre nicht gut. Auch du wirst einige Verwandte für eine ganze Zeit nicht besuchen dürfen, damit sie sich nicht anstecken.

WIE KANN MAN DAS CORONAVIRUS BEKÄMPFEN?

Die meisten Menschen erholen sich ganz von selbst vom Coronavirus. Aber Ärzte und Wissenschaftler wollen allen schnell und zuverlässig helfen.

Ärzte haben noch kein Mittel gegen das Coronavirus, weil es sich um eine ganz neue Krankheit handelt. Vielleicht helfen Medikamente, die Ärzte schon kennen. Diese werden an Menschen getestet, die krank sind.

Auch wenn sie vielleicht nicht helfen, arbeiten Wissenschaftler an ganz neuen Medikamenten gegen das Coronavirus, die noch niemand ausprobiert hat.



Woran andere Wissenschaftler arbeiten, ist ein **Impfstoff**.

Ein Impfstoff ist ein spezielles Medikament, das normalerweise gespritzt wird, wenn man gesund ist. Diese Medizin besteht aus schwachen oder schon abgestorbenen Viren. Die Antikörper in deinem Blut üben dann, die Viren zu töten. Dann können sie schneller reagieren, wenn du dich wirklich ansteckst.

Du hast sicher schon als Baby einige Impfungen bekommen. Daher kriegst du manche Krankheiten nicht.

Es dauert viele Monate, ein neues Medikament zu entwickeln. Bevor man es vielen Menschen gibt, muss gesichert sein, dass jeder es verträgt. Daher probiert man es zunächst an wenigen Menschen aus. Erst wenn man sicher weiß, dass es wirkt und verträglich ist, behandelt man alle Menschen damit.

WARUM SIND MANCHE ORTE GESCHLOSSEN?

Auch wenn viele Menschen sich schnell von COVID-19 erholen, ist es wichtig, dass sich niemand ansteckt, der durch das Virus schwer erkranken würde. Das heißt, wir müssen versuchen, dass sich möglichst wenig Menschen gleichzeitig infizieren. Dadurch verhindern wir, dass Ältere und Schwächere sehr krank werden. Werden viele Menschen gleichzeitig krank, überlastet das die Krankenhäuser, und die Ärzte und Pfleger können sich nicht mehr richtig um alle Patienten kümmern.
Der Coronavirus ist sehr ansteckend, wir müssen daher vorsichtig sein und Abstand zu Menschen halten, mit denen wir nicht zusammenwohnen.

Darum sind Orte wie Schulen und Bibliotheken, an denen viele Menschen zusammenkommen, im Moment geschlossen. Und die Regierung unseres Landes hat empfohlen, das Haus nur zu verlassen, wenn es unbedingt sein muss.

Manche Menschen wie Ärzte und Krankenpfleger oder solche, die in Supermärkten arbeiten, oder manche, die Sachen nach Hause liefern, müssen für ihre Arbeit ihr Zuhause verlassen.

Die meisten Menschen dürfen ihre Wohnung verlassen, wenn sie einkaufen gehen oder Sport treiben wollen. Sie müssen nur vorsichtig sein und dürfen niemandem zu nah kommen.

Wenn du oder jemand aus deiner Familie sich krank fühlt und befürchtet, sich mit dem Coronavirus infiziert zu haben, darf man für zwei Wochen das Haus nicht verlassen.

Wir müssen alle zu Hause bleiben, um diejenigen zu schützen, die durch das Virus schwer erkranken würden.

WIE IST DAS, WENN MAN DIE GANZE ZEIT ZU HAUSE IST?

Manchmal ist es toll, mit den Menschen daheim zu sein, mit denen man zusammenwohnt. Du kannst Sachen machen, die du normalerweise nicht machen kannst, weil du zur Schule gehen musst oder die Erwachsenen arbeiten.

Das sind normale Gefühle. Jeder, der mit dir zusammenlebt, fühlt sich wahrscheinlich manchmal so. Manche wollen das nur nicht zeigen.

Die Erwachsenen, die sich um dich kümmern, machen sich vielleicht Sorgen. Manchmal sorgen sie sich um ihren Arbeitsplatz. Manchmal kann man nicht alles kaufen, was man braucht. Das macht ihnen auch Sorgen.

Wenn du dir Sorgen machst, sprich mit deinen Eltern darüber. Vielleicht kannst du auch mit einem Lehrer oder jemandem aus der Familie telefonieren oder über einen Computer oder ein Tablet Kontakt aufnehmen.

WIE KANN ICH HELFEN?

Du hilfst schon sehr, wenn du zu Hause bleibst. Aber du kannst auch helfen, indem du besonders vorsichtig bist, damit du dich oder andere nicht mit dem Virus ansteckst.

Wusstest du, dass Viren durch Seife zerstört werden? Also, wasche dir die Hände besonders gründlich und lange genug. Dann wirst du keine Coronaviren auf deinen Händen haben. Du kannst beim Händewaschen ein Lied singen, damit du sicher bist, dass du lange genug wäschst. So lange, dass du Happy Birthday zweimal singen kannst.

Huste oder niese in die Armbeuge, nicht in die Hand. So kannst du das Virus nicht über die Hände an andere weitergeben.

Wenn du dir die Nase abwischen oder putzen musst, nutze ein Papiertaschentuch und wirf es gleich in den Müll. Denk daran, dir danach die Hände zu waschen. Das Virus ist in deinem Nasenschleim und kann über das Taschentuch auf deine Hände kommen.

Wenn sich jeder daran hält, hilft das sehr.

WAS KANN ICH NOCH TUN?

Ganz wichtig ist, dass du nett zu den Menschen bist, mit denen du zusammenwohnst. Alles ist im Moment anders und manches schwieriger.

Wenn du Geschwister hast, nerven sie dich vielleicht manchmal. Streitet euch trotzdem nicht.

Hilf den Erwachsenen, indem du tust, was sie sagen. Oder umarme sie einfach mal.

Wenn du nicht zur Schule gehst, mach trotzdem Aufgaben. Dann bist du beschäftigt und langweilst dich nicht. Wenn die Schule wieder anfängt, hast du viel gelernt.

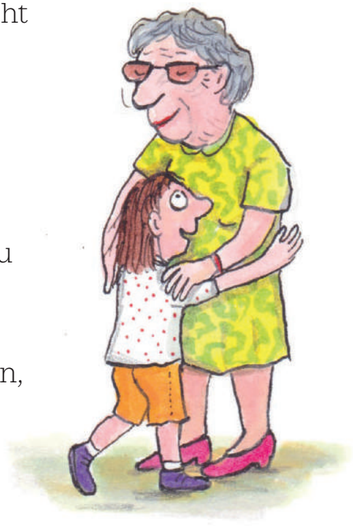
Wenn du keinen eigenen Computer hast, redet darüber, wie ihr die Zeit am Computer gerecht einteilt.

Denk daran, dass die Erwachsenen manchmal auch von zu Hause arbeiten müssen. Achte darauf, dass sie beim Arbeiten nicht von dir oder anderen gestört werden. Dann werden sie schnell mehr Zeit haben, um mit dir zu spielen oder Spaß zu haben. Du kannst eine Liste machen mit Sachen, die du dann mit ihnen machen möchtest.

WAS PASSIERT ALS NÄCHSTES?

Dies ist eine seltsame Zeit für alle und es betrifft die Menschen auf der ganzen Welt.

Wenn wir vorsichtig sind und zu Hause bleiben, können wir die Ausbreitung des Coronavirus stoppen. So haben die Wissenschaftler und Ärzte Zeit gewonnen, um herauszufinden, wie man die Krankheit behandelt. Vielleicht können sie durch neue Medikamente und Impfungen verhindern, dass noch mehr Menschen erkranken.



Eines Tages, sehr bald, obwohl niemand weiß, wann genau das sein wird, kannst du geliebte Menschen wieder besuchen, du kannst mit deinen Freunden spielen und zur Schule gehen und viele Sachen machen, an denen du Spaß hast und die du gerade nicht tun kannst.

Eines Tages ist diese seltsame Zeit vorbei.

Wir haben es
gemeinsam geschafft!

MEHR INFORMATIONEN FÜR KINDER

Wenn du mehr über das Coronavirus wissen und immer auf dem neuesten Stand sein willst:
https://www.zdf.de/kinder/logo/wichtige-infos-zum-coronavirus-100.html

Wenn du dir Sorgen machst oder Angst hast, findest du hier eine Telefonnummer und einen hilfreichen Link:
Kinderhotline
Kostenlose Kinderhotline: 116 111 (montags – samstags von 14-20 Uhr, montags, mittwochs und donnerstags von 10 – 12 Uhr)
Mehr Informationen gibt es hier:
https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html

MEHR INFORMATIONEN FÜR ELTERN, VORMÜNDER UND BETREUER

Deutsche Gesellschaft für Psychologie
Hilfe für Familien während dieser Zeit:
https://psychologische-coronahilfe.de/hilfen-fuer-familien/

Die Fachverbände – für Menschen mit Behinderung
Informationen rund um Corona für Eltern von Kindern mit Behinderung:
https://www.diefachverbaende.de/

autismus Deutschland e. V.
Informationen zum Coronavirus für Menschen mit Autismus und ihre Familien:
https://www.autismus.de/

Kindernetzwerk
Beratung für Menschen mit Kindern, die chronisch krank sind:
https://www.kindernetzwerk.de/de/

Unicef
Ratschläge, um mit Kindern über die Krankheit zu sprechen:
https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-acht-tipps-mit-kindern-darueber-zu-sprechen/212392

Allgemeine Informationen zum Coronavirus:
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html
https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-was-eltern-und-schwangere-jetzt-wissen-sollten/211680
https://www.bmfsfj.de/
https://www.drk.de/coronavirus/
https://www.zusammengegencorona.de/
https://www.infektionsschutz.de/
https://www.kindergesundheit-info.de/coronavirus-elterninformationen/
https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-so-bleiben-jugendliche-zuversichtlich/213130

DAS GESUNDHEITSSYSTEM MIT UNTERSTÜTZEN

Ärzte, Pfleger, Notarztwagenfahrer und alle anderen, die in unserem Gesundheitssystem tätig sind, leisten immer Großes, aber zurzeit arbeiten sie besonders hart, weil so viele Menschen sich mit dem Coronavirus infizieren und krank werden. Am besten unterstützt du die Menschen, die gerade helfen, indem du zu Hause bleibst, freundlich und geduldig bist.