



# Isolierung vs. Quarantäne

Von Prof. Dr. med. Gratiana Steinkamp



Dass das neue Coronavirus sehr ansteckend ist, wurde inzwischen wissenschaftlich belegt. Es wird ganz überwiegend durch Tröpfchen und Aerosole aus dem Atemtrakt übertragen. Je mehr Kontakte Menschen untereinander haben, desto leichter verteilt sich das Virus in der Bevölkerung.

Deshalb werden Isolierung und Quarantäne vom Gesundheitsamt mit demselben Ziel verordnet, nämlich Kontakte zu anderen Personen einzuschränken, um die Ausbreitung des Erregers zu verhindern. Beide Maßnahmen ähneln sich darin, dass man nicht aus dem Haus gehen und keinen Besuch empfangen darf, und dass man zuhause engen Kontakt mit Familienmitgliedern vermeiden soll. Die Begriffe beziehen sich jedoch auf unterschiedliche Gruppen: eine Isolierung gilt für erkrankte bzw. infizierte Personen, während eine Quarantäne Menschen betrifft, bei denen nur der Verdacht auf eine Infektion besteht, oder die möglicherweise das Virus verbreiten könnten. Hier geht

es vor allem um Kontaktpersonen von Corona-Infizierten.

Wie lange eine Isolation bei Covid-19-Kranken dauern sollte, haben Wissenschaftler inzwischen herausgearbeitet. Sie ermittelten bei Infizierten, wie viele Viren in Abstrichen aus dem Rachen oder der Nase zu finden sind, und ab welcher Viruskonzentration andere Personen infiziert wurden. Als Besonderheit bei Covid-19 stellte sich heraus, dass Infizierte schon etwa zwei Tage vor Beginn der ersten Symptome eine hohe Viruslast haben und ansteckend sind. Sie können also das Virus auf andere Menschen übertragen, während sie sich vollkommen gesund fühlen. Die Viruslast ist bei Beginn der Beschwerden am höchsten und nimmt in den darauffolgenden Tagen deutlich ab. In der Regel dauert es 7 bis 10 Tage, bis die Viruskonzentration so weit gesunken ist, dass man andere Menschen mit einiger Sicherheit nicht mehr ansteckt.

Die Grafiken zeigen ein Beispiel für den Fall, dass man wegen Husten und Fieber seinen Arzt konsultiert hat und zuhause behandelt werden kann, weil man nur leicht erkrankt ist. Der Hausarzt empfiehlt, Kontakte zu vermeiden

und einen Coronavirus-Test durchzuführen. Das Testergebnis ist positiv und das Gesundheitsamt wird informiert, nachdem seit der Ansteckung inzwischen neun Tage vergangen sind. Die Amtsärztin verordnet eine Isolierung bis 10 Tage nach Symptombeginn (Tag 15 in der Abbildung), vorausgesetzt, die Person hatte in den vorausgegangenen 48 Stunden keine Beschwerden.

Die Dauer einer Quarantäne für (noch) gesunde, aber möglicherweise bereits infizierte Menschen orientiert sich an der Inkubationszeit, also der Zeitspanne zwischen der Ansteckung und dem Auftreten erster Beschwerden. Bei der Corona-Infektion dauert es zwar durchschnittlich – wie in unserem Beispiel – nur 5 bis 6 Tage, bis die Krankheit ausbricht, doch 20 Prozent der Betroffenen erkranken erst in der zweiten Woche nach dem Kontakt. Daher hat man 14 Tage als sichere Zeit für die Quarantäne festgelegt.

Für Reiserückkehrer nach Mecklenburg-Vorpommern aus Risikogebieten im In- und Ausland gelten spezielle Regelungen.

Anfang Dezember hat das Robert-Koch-Institut seine Empfehlungen aktualisiert.

Nun kann die Quarantäne auf 10 Tage verkürzt werden, sofern ein negativer Test vorliegt, der frühestens am 10. Quarantäne-Tag erfolgt ist. Dadurch könnten also vier Tage gewonnen werden. Die Gesundheitsbehörde der USA, die CDC, hält in bestimmten Situationen sogar eine Verkürzung der Quarantäne auf 7 Tage für möglich, sofern das Testergebnis negativ ist. Allerdings ist damit ein Übertragungsrisiko in der zweiten Woche von durchschnittlich 5 Prozent und maximal 12 Prozent verbunden.

Bedacht werden muss auch, dass sich nicht alle Menschen an die 14-tägige Quarantänedauer halten. Die meisten bleiben ja im Endeffekt gesund, und es kann schwer fallen, konsequent Kontakte zu vermeiden und nicht zur Arbeit zu gehen. So muss für Verordnungen das Optimale mit dem Realisierbaren abgeglichen und ein Mittelweg gefunden werden, der umsetzbar ist und kein hohes Risiko birgt.

Die Frage, wie lange Isolierung und Quarantäne dauern sollen, muss also im Spannungsfeld zwischen dem medizinisch Wünschenswerten und dem im Alltag Machbaren beantwortet werden.



## PERSÖNLICH Die Autorin

Prof. Dr. med. **Gratiana Steinkamp** schreibt für unsere Redaktion regelmäßig zu aktuellen Entwicklungen und Forschungen zum Coronavirus und der Covid-19-Erkrankung. Sie ist freie berufliche medizinisch-wissenschaftliche Publizistin mit dem Schwerpunkt Lungenkrankheiten. Die Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin gehört als außerplanmäßige Professorin zum Lehrkörper der Medizinischen Hochschule Hannover. Seit einigen Monaten bloggt sie zu Themen aus der Corona-Forschung. Aufgewachsen ist sie in Hamburg, seit 2005 ist ihre Heimat Schwerin. Ihren Corona-Blog findet man unter: [www.med-wiss.blog](http://www.med-wiss.blog) Diesen Betrag unter: [www.svz.de/corona](http://www.svz.de/corona)

