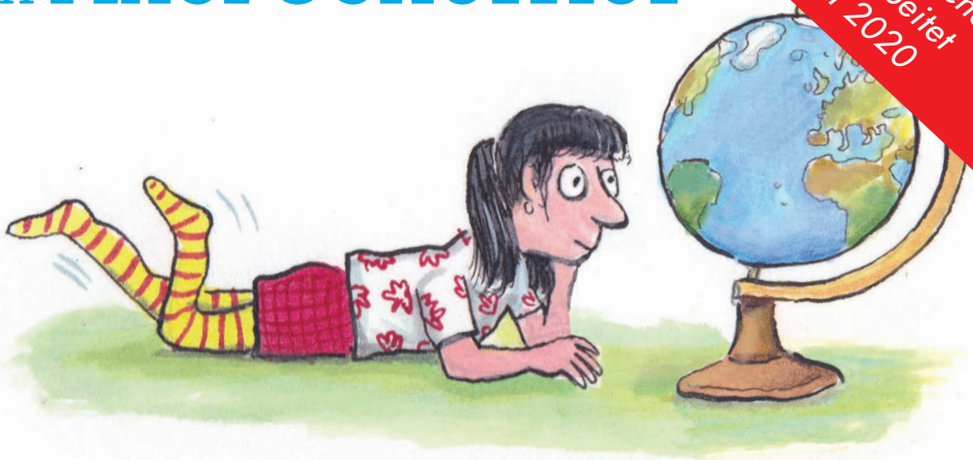
Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts
Illustriert von Axel Scheffler

Neu durchgesehen & überarbeitet JULI 2020



Coronavirus

Ein Buch für Kinder über Covid-19

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
Neu durchgesehen und überarbeitet im Juli 2020
Illustration und Umschlag © Axel Scheffler, 2020
Übersetzung aus dem Englischen: Dr. Christa Söhl
Trotz sorgfältiger inhaltlicher Prüfung übernimmt der Verlag keine Haftung für die Inhalte externer Links.
Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.
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

Aus Gründen der Lesbarkeit wird in diesem Buch meist die männliche Form verwendet.
Gemeint sind ausdrücklich männliche und weibliche Personen. Weisen Sie Ihre Kinder gerne darauf hin,
dass z. B. die genannten Berufe von männlichen und weiblichen Personen ausgeübt werden.

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.

Neu durchgesehen & überarbeitet JULI 2020

nosy crow

Illustriert von Axel Scheffler

Coronavirus

Ein Buch für Kinder über Covid-19

Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts

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

BELTZ & Gelberg

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.

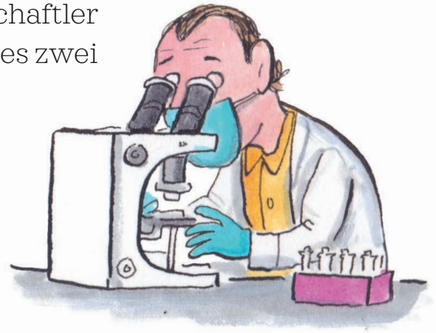
Sie sind so leicht, dass sie in kleinsten Wassertröpfchen in die Luft geraten, und sie sitzen auf deiner Haut, ohne dass du sie bemerkst. Wenn diese Keime in deinen Körper gelangen, können sie sich dort vermehren und dich krank machen.

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 nicht besonders gut. 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. Je näher man jemandem gegenübersteht, desto eher atmet man die winzigen Tropfen ein.

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.

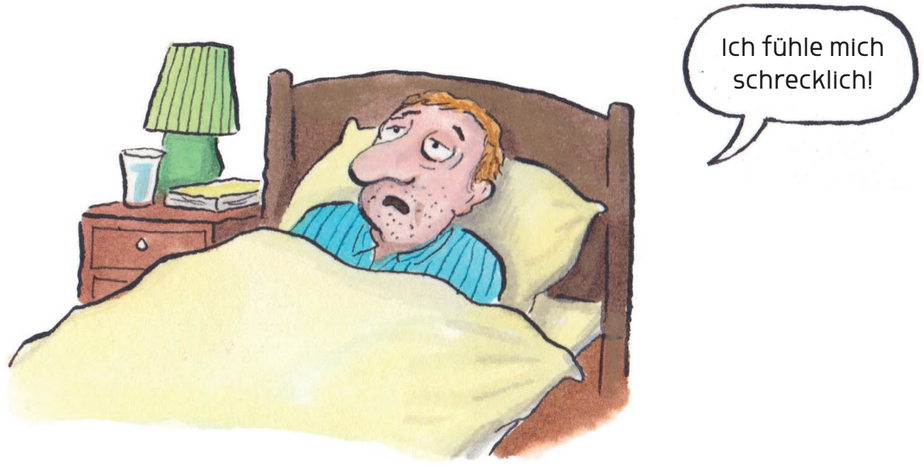
Also kann man sich mit dem Coronavirus anstecken, wenn man Dinge anfasst, die jemand anderes, der das Virus in sich trägt, berührt hat.

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.

Eine Menge Menschen, die sich mit dem Virus angesteckt haben, bekommen Husten und Fieber. Viele verlieren vorübergehend ihren Geschmacks- und Geruchssinn. Einige haben Kopfschmerzen oder ihnen tut der ganze Körper weh.

In der Regel sind die Leute für einige Wochen 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 es gibt auch Menschen, für die ist das schwieriger. Weil es sich um ein neues Virus handelt, wissen wir noch nicht so genau, warum er manche Menschen kränker werden lässt als andere. Was wir aber wissen, ist, dass Menschen, die älter als 70 Jahre sind oder bestimmte Krankheiten haben (oder hatten), sehr anfällig für einen schweren Verlauf der Krankheit sind.

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 Verwandte für eine ganze Zeit nicht besuchen dürfen, damit sie sich nicht anstecken.

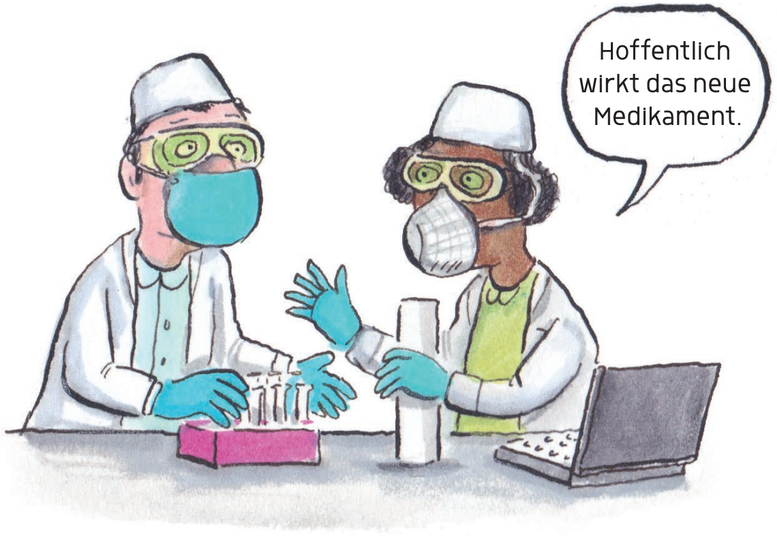
Das heißt aber nicht, dass du nicht mit ihnen sprechen darfst. Vielleicht rufst du sie mit dem Telefon oder per Video-Chat an.

WIE KANN MAN DAS CORONAVIRUS BEKÄMPFEN?

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

Noch gibt es kein Mittel gegen das Coronavirus, weil Covid-19 eine sehr neue Krankheit ist. Doch Mediziner haben bereits bekannte Medikamente ausprobiert und eines gefunden, das sehr kranken Menschen helfen kann.

Wissenschaftler arbeiten außerdem an ganz neuen Medikamenten, um die Erkrankung zu heilen.



Außerdem arbeiten Tausende von Wissenschaftlern auf der ganzen Welt daran, einen Impfstoff zu finden

Ein Impfstoff ist ein spezielles Medikament, das normalerweise gespritzt wird, wenn man gesund ist. Es gibt viele unterschiedliche Wege, einen Impfstoff herzustellen. Aber alle bestehen aus abgestorbenen Viren. Diese können dir nichts mehr tun, aber sie lehren deinen Körper, wie er die Antikörper herstellt, die du brauchst, um die Viren zu töten. Infizierst du dich mit dem Virus, bildest du Antikörper aus, die verhindern, dass du krank wirst oder jemanden ansteckst.

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.

Einige Forscher testen diese Impfstoffe bereits, hoffentlich wissen wir bald mehr.

WARUM VERBRINGEN WIR SO VIEL ZEIT DAHEIM?

Um die Ausbreitung des Virus zu verhindern, achtet die Regierung sehr genau darauf, wie viele Menschen sich bereits angesteckt haben. Das hilft dabei, zu entscheiden, wie wir uns verhalten sollen. Wenn es weniger Infizierte gibt, ist mehr erlaubt, als wenn viele Menschen infiziert sind und wir viel vorsichtiger sein müssen.

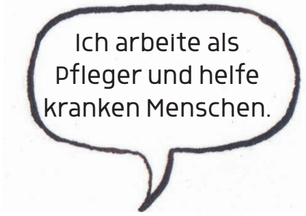
Es ist wichtig, Leuten nicht zu nahe zu kommen, mit denen man nicht zusammenwohnt, um zu verhindern, dass man sich oder andere ansteckt. Plätze, an denen sehr viele Menschen zusammenkommen - wie Schulen, Bibliotheken und Geschäfte - bleiben vielleicht geschlossen oder haben sehr genaue Regeln, wie viele Menschen dort zusammenkommen dürfen.

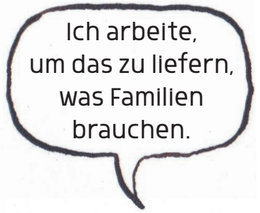
In der Schule haben die Lehrer sicher schon von diesen neuen Regeln erzählt. Vielleicht sitzt du zurzeit an einem anderen Tisch, weit weg von deinen Freunden, oder du darfst auf dem Spielplatz nur mit manchen von ihnen spielen.

Vielleicht musst du auch eine Maske tragen, um deine Nase und deinen Mund an Orten zu bedecken, wo viele Menschen zusammenkommen, wie in Bussen und Zügen. Auch wenn die Maske manchmal vielleicht etwas stört, ist es wichtig, sie zu tragen, und auch, sie möglichst wenig anzufassen.

Du darfst nun wieder Freunde und Familien, mit denen du nicht zusammenwohnst, treffen. Am besten trefft ihr euch draußen und kommt euch nicht zu nah.

Die Erwachsenen, mit denen du zusammenwohnst, arbeiten vielleicht häufiger zu Hause. Einige Erwachsene müssen aber auch zur Arbeit gehen, weil sie einen Job haben, bei dem sie rausgehen müssen, zum Beispiel Ärzte oder Pflegepersonal, Menschen, die in Geschäften arbeiten oder Bestellungen liefern.





Es könnte passieren, dass du und die Menschen, mit denen zu zusammenlebst, gebeten werden, eine Zeitlang daheim zu bleiben und nur rauszugehen, wenn ihr etwas zu essen einkaufen oder euch bewegen wollt.

Wenn sich jemand in deiner Familie krank fühlt oder befürchtet, sich mit dem Coronavirus angesteckt zu haben, müsst ihr alle zu Hause bleiben, bis ihr die Erlaubnis bekommt, wieder rauszugehen.

Nur wenn wir uns alle daran halten, können wir helfen, dass sich das Virus nicht verbreitet, und die Menschen schützen, denen das Virus gefährlich werden könnte.

WIE KANN ICH HELFEN?

Du hilfst schon sehr, indem du dich an die Regeln der Regierung hältst. Natürlich kannst du aber noch mehr tun, indem du darauf Acht gibst, dich nicht anzustecken oder das Virus weiterzugeben.

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?

Manchmal ist es toll, viel Zeit miteinander zu verbringen. Aber manchmal ist das auch langweilig und man wird traurig, wütend oder unruhig, weil man immer mit denselben Menschen zusammen ist. Daher ist es wichtig, zu diesen Menschen besonders nett zu sein.

Wenn du Brüder oder Schwestern hast, versuche, dich nicht mit ihnen zu streiten.

Denk dran, dass die Erwachsenen auch manchmal traurig oder verärgert sind. Du kannst ihnen helfen, indem du tust, was sie sagen, oder sie auch mal umarmst.

Das ist ganz normal. Sprich mit Erwachsenen darüber, erzähle ihnen, wie du dich fühlst. Wenn du im Moment zur Schule gehst, kannst du vielleicht auch mit einem Lehrer oder jemand anderem darüber sprechen. Vielleicht kannst du auch einen Lehrer oder jemanden aus deiner Familie übers Telefon oder eine App anrufen.

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.

Die Erwachsenen, mit denen du zusammenwohnst, müssen vielleicht auch daheim arbeiten. 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 tun möchtest.

WAS PASSIERT ALS NÄCHSTES?

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

Wenn wir alle aufpassen und den Regeln folgen, unsere Hände häufig waschen, den Mund-Nasen-Schutz tragen und in die Armbeuge niesen oder husten, kann sich das Virus schlechter ausbreiten. Und das gibt Wissenschaftlern und Forschern mehr Zeit, Medikamente und Impfstoffe zu finden, die verhindern, dass sich Menschen anstecken und krank werden.

Eines Tages, sehr bald, obwohl niemand weiß, wann genau das sein wird, kannst du geliebte Menschen wieder besuchen, du kannst mit deinen Freunden spielen, 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

Die Menschen, 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 sie, indem du zu Hause bleibst, häufig deine Hände wäschst, Abstand hältst, freundlich und geduldig bist.

»CORONAVIRUS« IN ANDEREN SPRACHEN

Eine frühere Version dieses Buches ist in digitaler Form aktuell in 60 verschiedenen Sprachen erhältlich, auf den Weg gebracht von Verlagen rund um die Welt. Hier gibt es eine Liste:
https://nosycrow.com/international-language-editions-of-coronavirus-a-book-for-children/