

## Covid-19, Informationen zum Coronavirus

Liebe Patienten,

auch bei Corona bin ich gerne für Sie im Einsatz. In der Praxis arbeite ich nach der Hygieneverordnung. Ein Mittel zur Händedesinfektion steht für Sie bereit, und ich selber trage eine FFP2-Maske. Da ich schon immer eine Bestellpraxis führe, halte ich die Termine jetzt so, dass Sie anderen Patienten nicht begegnen und keine Wartezeit anfällt. Außerdem habe ich dann genügend Zeit zur Flächendesinfektion von Liegefläche, Gegenständen, Türgriffen und Treppengeländer etc.

Ich berate Sie gerne darüber, wie Sie Ihr Immunsystem stärken können. Aber wenn Sie akut an Covid-19 erkrankt sind oder der Verdacht besteht, beispielsweise bei grippeähnlichen Symptomen, Husten und Fieber, Verlust von Geruch und Geschmack, wenden Sie sich bitte umgehend an Ihren Hausarzt oder an den Notdienst 116117. Heilpraktiker dürfen keine Infektionskrankheiten behandeln. Bitte haben Sie dafür Verständnis.

### **Hier einige Alltagstipps:**

1. Waschen Sie sich öfter gründlich mit Seife und warmem Wasser 30 Sekunden die Hände, auch die Fingerspitzen, Daumen und Handrücken.
2. Halten Sie Abstand, vor allem zu erkälteten Personen und meiden Sie Menschenansammlungen in geschlossenen Räumen.
3. Niesen und husten Sie unbedingt in die Ellenbeuge, bitte niemals jemanden anhusten.
4. Vorzugsweise das Rad nutzen oder zu Fuß gehen.
5. Eine basische vitalstoffreiche Ernährung, Sport an frischer Luft, Waldspaziergänge, Lachen, Gebet, zur Ruhe kommen, gute Gespräche sind für jeden gut.

Viel Freude und bleiben Sie gesund!

Mirjam Haiber