

Warum verzichtet die Praxis zum grünen Zweig wo immer möglich auf einen persönlichen Kontakt und setzt weiterhin auf Videotelefonie?

Selbstverständlich würde ich mich freuen Sie persönlich zu begrüßen!
Ich persönlich bin der Meinung, dass ich alles mir mögliche unternehmen möchte um Sie und mich vor einer Infektion zu schützen. Da ich selbst in meiner Familie mehrere Hochrisikopatienten habe, ist es mir ein Anliegen, meine Familienmitglieder und auch allfällige Risikopatienten in Ihrem Umfeld soweit es geht zu schützen. Dazu ist es wichtig mich selbst so wenig wie möglich persönlichen Kontakten auszusetzen. Ebenso geht es mir um eine Ressourcenschonung und nicht zuletzt ist es für eine naturheilkundliche Erfassung wichtig, dass ich Ihr Gesicht und Ihre Mimik sehe und somit profitieren wir beide mehr von einer Videotelefonie.

Vor der Konsultation

Weisen Sie Symptome von Covid-19 auf?

- Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit, Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen, Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

⇒ Kein Empfang in der Praxis, melden Sie sich bei Ihrem Hausarzt oder der Hotline.

Sind Sie Risikopatient?

- Vorerkrankungen wie Bluthochdruck, Chronische Atemwegserkrankungen, Diabetes, Erkrankungen und Therapien die das Immunsystem schwächen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs

- Und / oder über 65 Jahre alt

⇒ Grundsätzlich kein Empfang in der Praxis, ausser die Behandlung ist absolut notwendig und das Risiko abschätzbar bzw. im Verhältnis. Dann gilt Maskenpflicht. Bitte kontaktieren Sie mich.

Handelt es sich um ein reines Beratungsgespräch?

⇒ Grundsätzlich kein Empfang in der Praxis, Durchführung über Skype, Facetime oder Zoom. Ausser es sprechen wichtige Gründe für eine persönliche Konsultation. Bitte kontaktieren Sie mich.

Handelt es sich um eine Manuelle Therapie / Massage?

⇒ Empfang in der Praxis, nach vorheriger Risikoabschätzung.

⇒ Schutzmaskenpflicht für Therapeut.

⇒ Den Patienten wird eine Schutzmaske empfohlen, in Rückenlage auf der Massageliege vom Therapeut verlangt! Bitte bringen Sie wenn möglich Ihre eigene Schutzmaske mit, im Notfall kann ich Ihnen auch eine abgeben.

○ [Wie wasche ich meine Hände korrekt?](#)

○ [Wie ziehe ich eine Schutzmaske korrekt an und ab?](#)

In der Praxis

Bitte halten Sie folgende Massnahmen ein:

⇒ Erscheinen Sie pünktlich, nicht zu früh / nicht zu spät

⇒ Lesen Sie die Schutzmassnahmen beim Praxiseingang

⇒ Desinfizieren Sie sich die Hände vor dem Eintritt in die Praxis

⇒ Ich empfehle das Tragen einer Schutzmaske

⇒ Halten Sie wo immer möglich 2 Meter Abstand ein

⇒ Halten Sie sich an die Anweisungen der Therapeutin

Die korrekte Verwendung von Hygienemasken

- Bedecken Sie mit der Hygienemaske sorgfältig Mund und Nase und befestigen Sie sie gut, damit zwischen dem Gesicht und der Hygienemaske möglichst keine Lücken bestehen.
- Vermeiden Sie es, die Hygienemaske zu berühren, während Sie sie tragen. Sobald Sie eine gebrauchte Hygienemaske berührt haben, zum Beispiel, wenn Sie sie abnehmen, säubern Sie Ihre Hände durch Waschen mit Wasser und Seife oder durch Verwendung eines Händedesinfektionsmittels.
- Ersetzen Sie die Hygienemaske durch eine neue, saubere und trockene Hygienemaske, sobald sie feucht wird (ungefähr alle 2 Stunden).
- Verwenden Sie Hygienemasken kein zweites Mal.
- Bewahren Sie sie nach dem Gebrauch keinesfalls auf, sondern entsorgen Sie sie nach Gebrauch unverzüglich.
- Die Hygienemaske alleine gewährleistet keinen vollständigen Schutz. Deshalb sollen Hygienemasken immer zusammen mit anderen Hygienemassnahmen zur Verringerung der Übertragung der Grippe eingesetzt werden.



Wie wäscht man sich die Hände richtig?

Die richtige Methode beim Händewaschen ist sehr wichtig. Seife allein genügt nämlich nicht, um die Keime unschädlich zu machen. Erst die Kombination von Einseifen, Reiben, Abspülen und Trocknen schafft das.

- Die Hände unter fließendem Wasser nass machen.
- Die Hände einseifen, wenn möglich mit Flüssigseife.
- Die Hände reiben, bis es schäumt. Dabei nicht vergessen den Handrücken, zwischen den Fingern, unter den Fingernägeln und die Handgelenke zu reiben.
- Die Hände unter fließendem Wasser gut abspülen.
- Die Hände mit einem sauberen Handtuch trocknen, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.