

19. März 2020

Lieber Athlet\*innen, liebe Trainer\*innen, liebe Betreuer\*innen,

in diesen Tagen stand der Versand eines zweiten Gesundheitsschreibens in der Vorbereitung auf die Paralympischen Spiele in Tokio an Euch an, in dem ich u.a. auf die Hitzeproblematik eingehen wollte.

Nun überschlagen sich derzeit die politischen Ereignisse vor dem Hintergrund der Corona- Virus Pandemie und der organisierte Sport ist fast vollständig zum Erliegen gekommen.

Ich denke alle haben mitbekommen, wie ernst die Lage inzwischen auch in Deutschland ist.

Dennoch werden die meisten von Euch Athlet\*innen im Rahmen der Möglichkeiten weiter trainieren, wie es ja aktuell auch aus Sicht des IPC mit Blick auf die Paralympics Vorbereitung empfohlen wird.

Ich möchte es dennoch nicht versäumen, auch aus medizinischer Sicht auf die Wichtigkeit der Einhaltung der maximalen Kontaktreduktion hinzuweisen, zum Selbstschutz und zum Schutz der Anderen! Ich bitte Euch von ganzem Herzen, die Vorgaben der Bundesregierung einzuhalten und Eure sozialen Kontakte auf ein Minimum zu reduzieren! Dies gilt nicht nur, aber ganz besonders für Menschen mit Vorerkrankungen und hohen Querschnittslähmungen.

Gegen individuelles Training (auch oder vor allem im Freien) ist überhaupt nichts einzuwenden, solange ihr es mit dem wichtigen und notwendigen Abstand zu anderen Menschen umsetzen könnt.

Wenn Ihr selbst Vorerkrankungen habt oder eine Einschränkung der Lungenfunktion, ist eine Selbstisolation unabdingbar.

Bitte befolgt diese Ratschläge, vermeidet insbesondere Kontakt zu Kindern, denn die sind ungewollte, unerkennbare Überträger des Virus.

Weitere aktuelle Corona Updates findet ihr auf der DBS Website unter:

<https://www.dbs-npc.de/informationen-zum-corona-virus.html>

Und auf der DOSB Website unter:

<https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/?und=#c24339>

Bleibt alle gesund.

Herzliche Grüße



Anja Hirschmüller

Leitende DBS-Sportärztin Leistungssport

Chief Medical Officer für Team D Paralympics