

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : die führende Militärzeitschrift der Schweiz  
**Band:** 96 (2021)  
**Heft:** 1

**Artikel:** RS-Start im Januar : wie würde ich vorgehen?  
**Autor:** Vogt, Paul Robert  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-977054>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 19.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# RS-Start im Januar: Wie würde ich vorgehen?

Trotz Corona rechnet die Armee mit dem grössten RS-Start in der neueren Geschichte. Mit etwa 1000 zusätzlichen Rekruten steigt die Anzahl auf 12000. Wie kann die Armee im Januar einen möglichst sicheren RS-Start durchführen? Anbei einige Gedanken.

Ein Kommentar von Professor Paul Robert Vogt

**Ausgangslage:** Die aktuelle Variante des Virus ist ansteckender als jene der ersten Welle.

## Gefahr für die anderen Rekruten

Was man sich nicht leisten kann: COVID-positive Rekruten, die alle anderen anstecken. COVID-positiv heisst: 30%-40% haben gar keine Beschwerden. 40%-45% haben Grippe-ähnliche Symptome, mehr nicht. Ca. 14% müssen hospitalisiert werden und 5% landen auf der Intensivstation.

## Test: Vor der RS

Ich empfehle, dass alle Rekruten vor Antritt der RS zu Hause einen COVID-Test durchführen müssen, bevor sie einrücken.



Bild: VBS

**Rekord-Start im Januar: Wie kann die Armee damit umgehen?**

Bei Antritt der RS müssen sie eine Bestätigung vorweisen.

COVID-positive Rekruten mit Symptomen sollten sofort mit der Kombitherapie behandelt werden. Egal, ob sie noch zu Hause positiv sind oder erst in der RS positiv werden. 10 Tage nach Symptombeginn oder 7 Tage nach Therapie-Beginn können die Rekruten die RS normal mit allen anderen weiterführen. Die nur positiven ohne Symptome muss man einfach für 10 Tage isolieren.

## Quarantäne

Man soll die Rekruten in einem Armee-eigenen Spital unterbringen und isolieren oder therapieren. Wenn man das gut dokumentiert, ergibt dies gleich eine Studie zur dieser Behandlung.

Eine allfällige Quarantäne würde ich an einem Armeestandort durchführen lassen, nicht heim zu Mama, dort stecken sie nur ihr Umfeld an.

## Können sich Rekruten vorbereiten?

Ja, Rekruten sollten vor Antritt der RS vorsorglich Zink, Vitamin D und C einnehmen, um ihre Defizite aufzufüllen.

Zu Vitamin D eine interessante Interpretation: In den Frühling-/Sommer-Monaten 2020, also im Lockdown, sind die Leute viel spazieren gegangen. Gerade die ersten 4 Wochen des Lockdowns waren ja herrlich sonnig. Die Leute hatten also kein Vitamin D Defizit, die Immunabwehr war intakt, weil die UVB-Strahlung im Sonnenlicht ab März anstieg und sich der Körper auf natürliche Art mit Vitamin D ver-

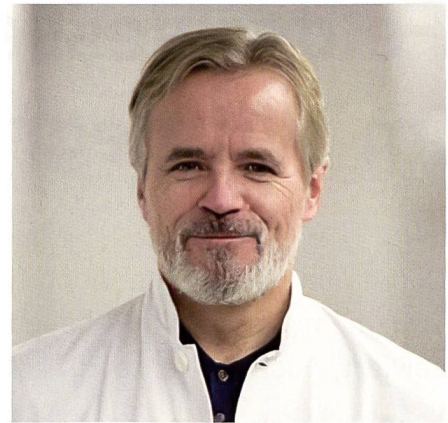


Bild: ZVC

**Paul R. Vogt ist Klinikdirektor Herzchirurgie am Unispital Zürich.**

## Kombitherapie

Corona ist auch eine behandelbare Krankheit. Man kann die Auswirkungen mit einer Kombinationstherapie aus div. Medikamenten so behandeln, dass es kaum schwere Fälle gibt. Dieser Medikamentencocktail wurde in Frankreich und den USA erfolgreich angewandt.

Mehr Informationen:

[www.herzchirurgie-paulvogt.ch](http://www.herzchirurgie-paulvogt.ch)

sorge. Ab Oktober dringt dann nahezu keine UVB-Strahlung mehr bis zur Erdoberfläche durch, d.h. der Körper kann kein oder wenig Vitamin D selber produzieren. Die Immunabwehr, was COVID-19 betrifft, ist somit geschwächt. Wobei: Egal, ob der Vitamin D-Spiegel normal oder tief ist, die Chance, COVID zu kriegen, ist dieselbe. ABER: Bei intaktem Vitamin D-Spiegel gibt es 65% weniger schwere Verläufe.

## Nach dem RS-Beginn

Es sieht so aus, dass mehrfache Ansteckungen von verschiedenen Personen in kurzem Zeitraum zu einem höheren Virus-Load führen können - mit schlechterem Outcome. Darum würde ich alle Positiven in der Armee halten und sie in Armee-eigenen Unterkünften für die paar Tage isolieren. Danach geht es weiter.

Um ganz sicher zu sein, müssten alle einen negativen Test vor Einrücken vorweisen - und die Armee müsste am Tag 5 nochmals alle testen. Dann wäre man sicher. Und hätte epidemiologische Daten. +