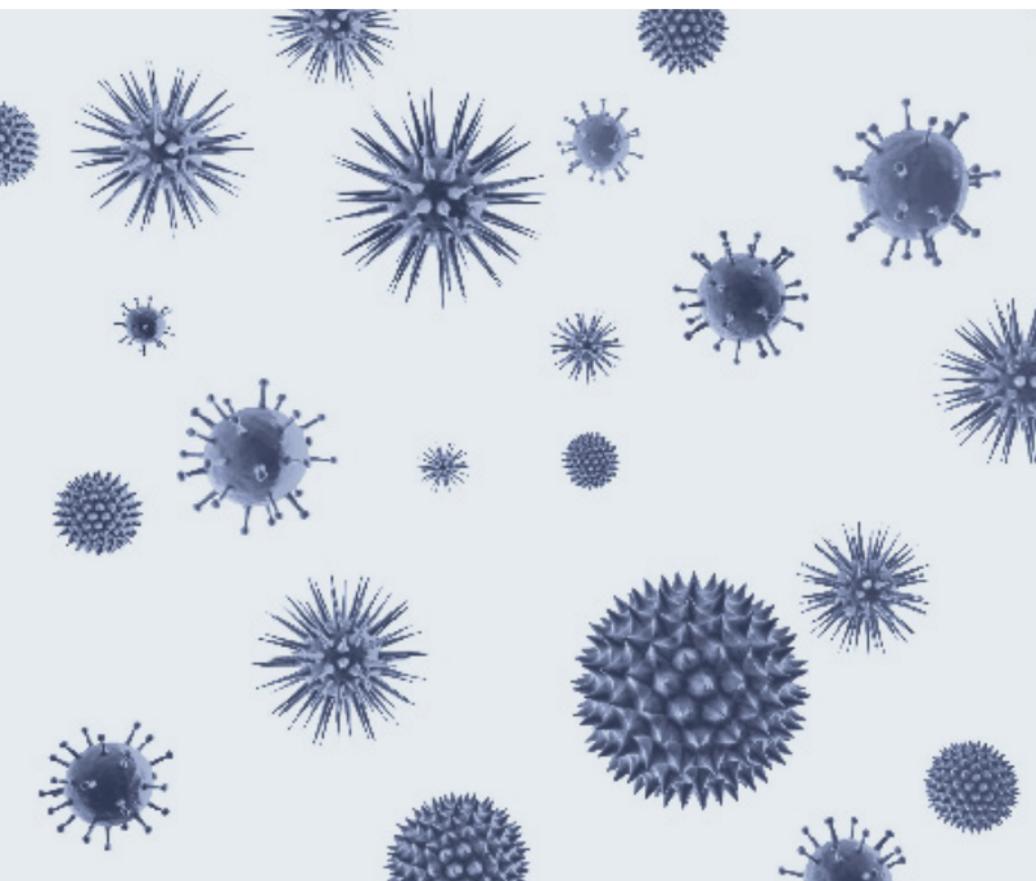




Noroviren

Patienteninformation



Alfried Krupp Krankenhaus

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten,

Noroviren sind weltweit verbreitet und wahre Überlebenskünstler: Sie halten sich auf Gegenständen wie Türklinken, Handtüchern, Wasserhähnen oder Toilettensitzen. Seit einigen Jahren beobachtet man, wie bei Influenzaviren, jahreszeitliche Häufungen von Norovirus-Erkrankungen. Die hoch ansteckenden Erreger breiten sich immer dann besonders schnell aus, wenn viele Menschen auf engem Raum zusammen kommen. Selbst der Luxusliner „Queen Mary II“ hatte sie schon mit an Bord. Die Folge: Übelkeit, Erbrechen, Durchfall und starke Bauchschmerzen.

Weit häufiger macht die Magen-Darm-Infektion allerdings in Kindergärten, Schulen, Kliniken und Altenheimen die Runde. Meistens schnappt man die Erreger beim direkten Kontakt von Mensch zu Mensch auf, etwa beim Händeschütteln. Auch über verunreinigte Gegenstände oder Speisen wandern die Erreger zu ihrem nächsten Opfer. Kurze Distanzen können sie auf dem „Luftweg“ überbrücken – eingeschlossen in winzige Tröpfchen, die beim Erbrechen in die Umgebung gelangen.

Von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Norovirus-Infektion dauert es manchmal nur wenige Stunden.

Die Krankheit ist zwar unangenehm, aber nur selten lebensgefährlich. Meist ist der Brechdurchfall nach wenigen Tagen wieder vorüber.

Medikamente oder eine Impfung gegen die Noroviren gibt es leider noch nicht. Die beste Vorbeugung ist daher: Gute Hygiene. Sie hilft, das Risiko für eine Noroviren-Infektion zu senken.

Zu Ihrer Sicherheit haben wir für Sie die wichtigsten Informationen zusammengefasst. Unsere Experten im Alfried Krupp Krankenhaus stehen Ihnen für Ihre Fragen gerne zur Verfügung. Bitte sprechen Sie uns an.

Prof. Dr. med. Thomas Budde
Ärztlicher Direktor

Was sind Noroviren?

Noroviren sind weltweit verbreitete winzige, nur elektronenmikroskopisch sichtbare Erreger (RNA-Viren). Sie sind aufgrund ihrer Struktur sehr umweltresistent. Noroviren sind die häufigsten Verursacher nicht-bakteriell bedingter Magen-Darm-Erkrankungen.

Wie verbreiten sich die Viren? Wie werden sie übertragen?

Die Viren werden von Mensch zu Mensch durch Kontakt mit Stuhl oder Erbrochenem, über die Hände oder auch kontaminierte Gegenstände übertragen. Sie sind sehr ansteckend. Darüber hinaus können Infektionen aber auch von kontaminierten Lebensmitteln, zum Beispiel Salaten, Tiefkühlkost, Krabben, Muscheln oder Getränken ausgehen.

Wie verläuft eine Norovirus-Infektion?

Circa sechs Stunden bis zwei Tage nach der Ansteckung kommt es zu plötzlich einsetzendem heftigen Erbrechen und Durchfall mit Magen- oder Darmkrämpfen. Weiterhin bestehen Übelkeit und ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl, manchmal auch Kreislaufschwäche, leichtes Fieber und Kopfschmerzen. Nach zwei bis drei Tagen klingen die Beschwerden meist wieder ab.

Wer kann sich anstecken?

Menschen jeden Alters können sich mit Noroviren anstecken und krank werden. Ähnlich wie Grippeerreger sind Noroviren äußerst wandlungsfähig. Es gibt sie in zahlreichen Varianten. Eine Norovirusinfektion führt nicht zu einer Immunität. Wer die Erkrankung überstanden hat, kann sich durchaus erneut anstecken.

Wie lange ist man ansteckend?

Die Betroffenen sind insbesondere während der akuten Erkrankung und mindestens bis zu 48 Stunden nach Ende der klinischen Symptome ansteckungsfähig. Die Viren werden mit dem Stuhl auch noch einige Tage nach Abklingen der Beschwerden ausgeschieden.

Kann man sich vor einer Ansteckung schützen?

Sich vor einer Norovirus-Infektion zu schützen ist schwierig, da Noroviren sehr ansteckend sind und die Aufnahme weniger Erreger schon zu einer Infektion führen kann. Eine einmal durchgemachte Erkrankung schützt nicht vor einer erneuten Infektion. Wichtigste Schutzmaßnahme ist das gründliche Händewaschen.

Ist die Erkrankung für bestimmte Personen besonders gefährlich?

Wie viele andere Krankheiten auch ist eine Norovirus-Infektion insbesondere für Säuglinge, Kleinkinder, alte und geschwächte Menschen gefährlich, da es durch das Erbrechen und den Durchfall zu einem hohen Flüssigkeits- und Salzverlust kommen kann. Das kann schlimmstenfalls – insbesondere bei alten Menschen – zu einem Herz-Kreislauf-Versagen und zur Notwendigkeit einer Behandlung im Krankenhaus führen. Zum Schutz anderer Patienten müssen dann im Krankenhaus besondere Isolations- und Desinfektionsmaßnahmen durchgeführt werden, über die Sie von unseren Mitarbeitern informiert werden.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Am besten werden in der Regel Tees, Wasser, Brühe oder verdünnte Säfte vertragen. Bei Menschen, die besonders empfindlich auf Flüssigkeitsverluste reagieren, zum Beispiel Kleinkinder oder alte Menschen, sollte bei schwerem Krankheitsverlauf ein Arzt hinzugezogen werden, damit bei Bedarf eine Flüssigkeits-Ersatztherapie eingeleitet werden kann. Eine spezifische Behandlung mit Medikamenten oder eine Schutzimpfung sind nicht möglich.

Wie lange dauert die Krankheit?

In der Regel ein bis zwei Tage, selten länger als vier Tage. Die meisten Menschen fühlen sich in den Folgetagen noch etwas geschwächt.

Wann darf wieder gearbeitet werden?

Frühestens 48 Stunden nach Ende der Krankheitszeichen.

Hygiene-Tipps

- Gründliches Händewaschen: Waschen Sie Ihre Hände mit Seife unter fließendem Wasser vor jeder Mahlzeit, nach jedem Toilettengang und nach jedem Kontakt mit erkrankten Menschen.
- Säubern Sie Lebensmittel wie Obst und Salat sorgfältig, insbesondere dann, wenn sie roh gegessen werden sollen. Garen Sie Lebensmittel gründlich durch.
- Abstand halten: Wer das Virus aufgeschnappt hat, sollte den Kontakt zu anderen Menschen für einige Tage (mindestens zwei Tage nach Ende der akuten Phase) reduzieren.
- Keine Gemeinsamkeiten: Kranke sollten unbedingt eigene Handtücher und Körperpflegeartikel, und – sofern machbar – auch eine eigene Toilette benutzen. Den Toilettendeckel bitte während des Spülens schließen.
- Geschirr sollte im Geschirrspüler im Intensivprogramm (höchste Temperaturstufe) gereinigt werden.
- Wenn Sie einen Erkrankten pflegen, sollten Sie sich nach jedem Kontakt die Hände gründlich waschen, insbesondere wenn sie mit Erbrochenem oder Stuhl in Berührung kamen. Aufgrund der hohen Zahl der ausgeschiedenen Erreger und der großen Infektiosität ist dies jedoch nur bedingt wirksam. Besser ist es, eine Verschmutzung der Hände zu verhindern, indem Sie Einmalhandschuhe tragen (Hände hinterher trotzdem waschen) und /oder sich ein gegen Noroviren wirksames Händedesinfektionsmittel besorgen.
- Putzen Sie kontaminierte Flächen am besten mit Einwegtüchern, die Sie anschließend entsorgen. Günstig ist die Verwendung eines desinfizierenden Reinigers, zum Beispiel auf Chlor- oder Sauerstoffbasis.
- Sie sollten Bettzeug, Handtücher und Kleidung des Erkrankten bei mindestens 60 Grad Celsius waschen. Gleiches gilt für Kleidung, welche Sie bei der Pflege von Erkrankten tragen.

Nähere Informationen

Ihre Fragen rund um das Thema Hygiene
beantworten Ihnen gerne:

Alfried Krupp Krankenhaus
Rüttenscheid
Alfried-Krupp-Straße 21
45131 Essen

Alfried Krupp Krankenhaus
Steele
Hellweg 100
45276 Essen

Wilhelm Salomon
Fachkrankenschwester für
Krankenhausthygiene
Telefon 0201 434-2178
wilhelm.salomon@
krupp-krankenhaus.de

Uwe König
Fachkrankenschwester für
Krankenhausthygiene
Telefon 0201 805-2615
uwe.koenig@
krupp-krankenhaus.de

Jennifer Schenker
Fachkrankenschwester für
Krankenhausthygiene
Telefon 0201 434-2178
jennifer.schenker@
krupp-krankenhaus.de

Hava Sumar
Fachkrankenschwester für
Krankenhausthygiene
Telefon 0201 805-2625
hava.sumar@
krupp-krankenhaus.de

Dr. med. Klaus Schatzmann
Oberarzt
Hygienebeauftragter Arzt
Telefon 0201 434-2158
klaus.schatzmann@
krupp-krankenhaus.de

Dr. med. Hans-Josef Braun
Oberarzt
Hygienebeauftragter Arzt
Telefon 0201 805-2607
josef.braun@
krupp-krankenhaus.de

Dr. med. Rudolf Eicker
Krankenhausthygieniker
Telefon 0201 434-41281
rudolf.eicker@
krupp-krankenhaus.de

Landeszentrum Gesundheit
Nordrhein-Westfalen
www.lzg.nrw.de

Robert Koch-Institut
www.rki.de

info@krupp-krankenhaus.de
www.krupp-krankenhaus.de