

**28. September 2022**

## RADIOBEITRAG als Text

### **Norovirus: Hygiene schützt vor Ansteckung**

#### **Anmoderation:**

Noroviren sind hochansteckend und breiten sich rasend schnell aus. Sie verursachen Übelkeit, Erbrechen und Durchfälle. Darunter leidet man zwar in der Regel nur kurz, dafür aber heftig. Vor allem dort, wo viele Menschen zusammen sind – etwa in Krankenhäusern, Schulen, Kindergärten oder Pflegeheimen – breiten sich die Viren schnell aus. Besonders häufig betroffen sind Kinder und ältere Menschen. Mit dem Norovirus infizieren kann man sich zwar das ganze Jahr über, im Herbst und Winter kommt das aber besonders oft vor. Kristin Sporbeck hat sich bei Anja Debrodt informiert. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.52 Minuten

---

#### **Anja Debrodt:**

**Noroviren sind hochansteckend und verantwortlich für einen großen Teil der nichtbakteriellen Durchfallerkrankungen. Die Erkrankung beginnt oft plötzlich mit schwallartigem Erbrechen und starken Durchfällen. Die Betroffenen fühlen sich schwach und matt, haben eventuell auch Bauch-, Kopf- und Gliederschmerzen, gelegentlich auch leichtes Fieber. Wichtigste Maßnahme ist dann vor allem, den Flüssigkeits- und Elektrolytverlust durch die Brechdurchfälle auszugleichen. Nach ein bis zwei Tagen ist das Schlimmste dann meistens schon überstanden.**

**Text:** Von Oktober bis März haben Noroviren Hochsaison, so Anja Debrodt weiter. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband. Einen Impfstoff gibt es bisher nicht.

**Anja Debrodt:**

**Die Übertragung erfolgt in der Regel über eine sogenannte Schmierinfektion. Das heißt, die Viren werden durch kleinste Stuhl-Mengen an den Händen weitergegeben. Auf dieselbe Weise können die Erreger über verunreinigte Gegenstände, zum Beispiel den Toilettensitz oder Türklinken oder auch Lebensmittel, übertragen werden. Außerdem können die Viren auch über die Luft durch kleine Tröpfchen übertragen werden, die beim Erbrechen entstehen.**

**Text:** Um einer Ansteckung vorzubeugen, sollten Erkrankte Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten am besten erst zwei Tage nach Abklingen der Symptome wieder besuchen. Weitere Tipps hat Ärztin Debrodt.

**Anja Debrodt:**

**Am besten schützt man sich vor einer Infektion mit Noroviren, indem man konsequent die Hygienemaßnahmen einhält. Das heißt Erkrankte, aber auch alle anderen Personen im Umfeld, sollten sich die Hände immer wieder gründlich mit Seife waschen – vor allem nach dem Toilettengang, vor und nach der Küchenarbeit und vor dem Essen. Erkrankte sollten bis zwei Tage nach Abklingen der Symptome Kontakte mit anderen Menschen meiden und möglichst eigene Handtücher und Hygieneartikel sowie eine eigene Toilette nutzen.**