

Schutz vor Noroviren.

Schutz vor Noroviren.

Durch Noroviren ausgelöste Brechdurchfälle lassen sich nach Angaben von Experten nur mit strenger Hygiene eindämmen. Wer erkrankt ist, dürfe keine Handtücher, Bestecke, Tassen und ähnliche Dinge mehr mit seinen Mitbewohnern teilen, warnt Prof. Thomas Weinke vom städtischen Klinikum Ernst von Bergmann in Potsdam. Bettwäsche, Handtücher, Unterwäsche und Waschlappen sollten bei 95 Grad ausgekocht werden. Nach jedem Toilettengang sollten die Hände gründlich gewaschen werden. Besonders hoch sei die Ansteckungsgefahr innerhalb von 48 Stunden nach dem Einsetzen der Symptome.

Noroviren verbreiten sich insbesondere in der kalten Jahreszeit über eine Tröpfcheninfektion. Sie werden zum Beispiel über kontaminierte Hände oder Lebensmittel übertragen. Neben Magen- und Darmproblemen gehören auch Kopf-, Glieder- und Halsschmerzen zu den Symptomen. Um den Flüssigkeits- und Nährstoffverlust auszugleichen, sind laut Weinke Elektrolytlösungen aus der Apotheke oder gesüßte Tees sinnvoll. Die geschädigte Darmflora könne durch spezielle medizinische Hefe wieder regeneriert werden. Experten rechnen für diesen Winter mit einem starken Anstieg der Noroviren-Infektionen.

Quelle: dpa