



Brechdurchfall

Noroviren sind für einen Großteil der nicht bakteriell bedingten Magen-Darm-Erkrankungen bei Kindern und Erwachsenen verantwortlich. Sie stellen vor allem in den Monaten Oktober bis März die häufigste Ursache für Ausbrüche von Brechdurchfällen in Gemeinschaftseinrichtungen dar. Die Beachtung allgemeiner Hygieneregeln stellt den Grundpfeiler der Infektionsverhütung dar.

Übertragungswege

Die Übertragung erfolgt fäkaloral (infektiöser Stuhl bzw. verunreinigte Speisen oder Getränke) oder durch kontaminierte Gegenstände bzw. virushaltige Aerosole, die während des Erbrechens freigesetzt werden. Die Inkubationszeit (Zeit von der Ansteckung zum Ausbruch) beträgt bis zum Ausbruch) beträgt ca. 6-50 Stunden.

In der Regel sind infizierte Personen bis ca. 2 Tage nach dem Abklingen der Krankheitszeichen potentielle Virusüberträger. Die Erkrankten scheiden den Erreger während dieser Phase im Stuhl aus und können so andere Personen damit anstecken. Unter Umständen können Noroviren auch länger, d.h. 1-2 Wochen, über den Stuhl ausgeschieden werden.

Symptomatik

Noroviren verursachen akut beginnende Magen-Darm-Beschwerden, die durch schwallartiges heftiges Erbrechen und starke Durchfälle gekennzeichnet sind. Dies kann binnen kurzer Zeit zu einem erheblichen Flüssigkeits- und Mineralstoffdefizit führen. (Hinweis: Erbrechen kommt bei mehr als 50 % der Patienten vor, wobei Jugendliche mehr an Erbrechen, Erwachsene mehr an Durchfall leiden.)

In der Regel besteht ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl mit Bauchschmerzen, Übelkeit, Kopfschmerzen und Mattigkeit, leichtes Fieber ist möglich. Die Erkrankung klingt meist nach 1-2 Tagen wieder ab.

Therapiemaßnahmen

Es gibt keinen Impfstoff oder Medikamente gegen Noroviren. Deshalb können lediglich die Symptome behandelt werden. Der Ausgleich des Flüssigkeits- und Elektrolytverlustes stellt hierbei die wichtigste Maßnahme dar. Dies kann z. B. durch die Einnahme spezieller Glucose-Elektrolytmischungen aus der Apotheke erfolgen. Bei Kleinkindern und älteren Personen kann ein kurzzeitiger Krankenhausaufenthalt notwendig sein. Spezielle **Diätempfehlungen** zu diesem Thema entnehmen Sie bitte unseren Gesundheitsinformationen.

Was sollten Betroffene besonders beachten?

- * Kindergärten, Schulen, Arbeitgeber etc. sind umgehend von der Erkrankung in Kenntnis zu setzen.
- * In der akuten Erkrankungsphase ist Bettruhe zu empfehlen. Enger zwischenmenschlicher Kontakt ist zu vermeiden. Erkrankte sollten kein Essen für andere Personen zubereiten.
- * Gründliches Händewaschen mit Seife nach jedem Toilettengang bzw. Brechanfall und vor dem Essen. Zudem ist die Desinfektion der Hände, des WCs und der Armaturen sowie Türschnallen anzuraten (entsprechende Mittel sind in der Apotheke erhältlich).

Was sollten Kontaktpersonen im gleichen Haushalt beachten?

- * Gründliches Händewaschen mit Seife, speziell nach jedem Toilettengang sowie vor dem Essen bzw. der Zubereitung von Speisen.
- * Gegebenenfalls die Hände desinfizieren (u. a. auch nach dem Windelwechseln, wenn der Säugling/das Kleinkind erkrankt ist).
- * Keine gemeinsame Benutzung von Hygieneartikeln (Handtücher, Zahnbürste etc.) oder Essutensilien.
- * Lebensmittel, von denen der Erkrankte gegessen hat bzw. mit denen dieser in Kontakt gekommen ist, sollten gekocht oder weggeworfen werden. Speisen stets in gut durchgegartem Zustand essen.
- * Körperkontakt mit Erkrankten möglichst vermeiden.

Reinigungsmaßnahmen während oder nach einer Erkrankungsphase:

- * Mit Stuhl oder Erbrochenem verschmutzte Oberflächen müssen zunächst gründlich gereinigt werden, danach ein Desinfektionsmittel mit geprüfter Wirksamkeit gegen Noroviren auftragen. Hierzu unbedingt Einweg-Gummihandschuhe anziehen und diese danach wegwerfen. Die Anwendungsvorschriften und die Einwirkzeit des Herstellers sind unbedingt einzuhalten. Putztücher umgehend in der Waschmaschine bei mindestens 60°C reinigen bzw. entsorgen. Diese Maßnahme sollte während der Erkrankung und noch für mindestens 2 Tage (besser 2 Wochen) nach Abklingen der Beschwerden beibehalten werden.
- * Verunreinigte Kleidung, Bettwäsche und Handtücher bei mindestens 60°C (besser 95°C) waschen.
- * Geschirr mit ausreichend Spülmittel und heißem Wasser reinigen.

