

Pressemitteilung

Norovirus-Infektionen in Schleswig-Holstein wieder auf dem Vormarsch

AOK rät dringend: Hygieneregeln beachten, um Verbreitung zu vermeiden

Kiel, 19.02.2024

Norovirus-Infektionen sind in Schleswig-Holstein wieder auf dem Vormarsch. Das teilte heute die AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Robert-Koch-Instituts (RKI) in Berlin mit. Danach wurden im Jahr 2023 im nördlichsten Bundesland insgesamt 1.302 Fälle gemeldet. Im Vorjahr waren es 959 Fälle. Die steigende Tendenz setzt sich auch in 2024 fort: So wurden allein in den ersten fünf Wochen 352 Fälle gemeldet. Im Vergleichszeitraum 2023 waren es nur 84. „Da es keine Impfung gegen Noroviren gibt, ist es umso wichtiger, bestimmte Hygieneregeln zu beachten, die vor den Erregern schützen können“, sagt AOK-Chef Tom Ackermann.

Corona-Pandemie mit positivem Nebeneffekt

Die Schutzmaßnahmen sowie die strengen Hygieneregeln in den beiden Corona-Jahren hatten einen positiven Nebeneffekt: Sie ließen die Infektionszahlen deutlich purzeln. So wurden in 2021 nur 704 Norovirus-Fälle gemeldet, in 2020 waren es sogar nur 664 Fälle. Vor der Pandemie im Jahr 2019 wurden hingegen über 1.800 Fälle registriert. „Die Corona-Pandemie hatte spürbare Auswirkungen auf das Infektionsgeschehen. Mit der Normalisierung des gesellschaftlichen Lebens hat sich die Situation deutlich verändert mit der Folge wieder steigender Fallzahlen“, so Ackermann.

Hochansteckende Magen-Darm-Erkrankung

Noroviren verursachen Übelkeit, Erbrechen und Durchfälle, sind hochansteckend und verbreiten sich rasend schnell. Besonders dort, wo viele Menschen zusammen sind, wie beispielsweise in Kindergärten, Altenheimen und Krankenhäusern. Besonders betroffen sind Kinder unter fünf Jahren und ältere Menschen.

Symptome der Norovirus-Infektion

Noroviren sind für einen Großteil der nicht-bakteriellen Durchfallerkrankungen verantwortlich. Die Infektion verläuft meist kurz und heftig: Sie beginnt plötzlich mit schwallartigem Erbrechen oder starkem Durchfall. Betroffene fühlen sich schwach und matt, haben oft Bauch-, Kopf- und Gliederschmerzen, gelegentlich leichtes Fieber. Dann heißt es: Bettruhe einhalten, viel trinken und sich mit Schonkost begnügen. Damit ist die Infektion nach ein bis zwei Tagen meistens überstanden. Kinder und Senioren können bei länger anhaltenden Durchfällen Kreislaufprobleme bekommen, weil sie über geringere Flüssigkeitsreserven verfügen.

Rasche Verbreitung

Über Stuhl und Erbrochenem scheiden die Erkrankten die Viren aus, die dann hauptsächlich über eine Schmierinfektion von Mensch zu Mensch oder verunreinigte Gegenstände übertragen werden. Im Rahmen eines schwallartigen Erbrechens können die Erreger auch über die Luft durch kleine Tröpfchen übertragen werden.

Hygieneregeln beachten

Um niemanden anzustecken, sollten die Betroffenen deshalb bis zwei Tage nach Abklingen der Symptome möglichst abgeschirmt bleiben. Das heißt, Kontakte mit anderen Menschen auf ein Minimum reduzieren, eigene Handtücher und Hygienartikel nutzen, wenn möglich auch eine eigene Toilette. Und: Kein Essen für andere zubereiten, weil die Erreger auch an Lebensmitteln haften bleiben können. Auch auf Türklinken, Toilettensitzen, Treppengeländern, Handtüchern, Wasserhähnen und sogar Kleidungsstücken bleiben sie viele Tage lang infektiös. Eine grundlegende Hygienemaßnahme ist, sich die Hände immer wieder zwischendurch gründlich mit Seife zu waschen und eventuell ein wirksames Desinfektionsmittel gegen Noroviren zu verwenden. Das RKI empfiehlt Produkte in der Wirkkategorie „begrenzt viruzid PLUS“, die auch vor Corona-Viren schützen.

Weitere Hinweise zur Hygiene: Obst und Salat gründlich waschen, säubern und schälen. Bereits zubereitete warme Gerichte vor dem Verzehr gut erhitzen oder einmal aufkochen lassen. Benutztes Besteck und Geschirr mit heißem Wasser und Spülmittel abschrubben oder ein entsprechendes Programm für die Geschirrspülmaschine auswählen. Räume regelmäßig lüften und bei der Pflege eines Erkrankten sowie bei Reinigungsarbeiten Einmalhandschuhe und Einmaltücher verwenden. Benutzte Wäsche bei mindestens 60 Grad waschen.

Die Hygieneregeln sind auch dann noch zu beachten, wenn die Symptome bereits abgeklungen sind. Denn die Viren werden in der Regel noch bis zu 14 Tage nach einer akuten Erkrankung mit dem Stuhl ausgeschieden.