

Noroviren

Die weltweit verbreiteten Noroviren verursachen die klassische Magen-Darm Grippe und sind verantwortlich für die Mehrzahl der nicht-bakteriell bedingten Durchfälle.

Infektionsquellen

Die Übertragung der Viren erfolgt meistens direkt von Person zu Person. Zu gehäuften Krankheitsauftreten kommt es überall dort, wo viele Menschen auf engem Raum zusammenkommen, insbesondere in Spitälern, Heimen, Schulen, Familien, Kreuzfahrtschiffen und Kasernen.

Eine Ansteckung erfolgt oral durch verunreinigte Hände oder Gegenstände. Erkrankte Personen scheiden das Virus in grosser Zahl (100'000'000 Viren/ml) mit dem Stuhl oder dem Erbrochenen aus. Noroviren gelangen beim Erbrechen als feine Aerosole in die Luft. In diesen Tröpfchen können die Noroviren grössere Distanzen innerhalb eines Raumes zurücklegen und Flächen, Kleider, Bettwäsche und Gegenstände kontaminieren. Dort überleben sie maximal 14 Tage und bleiben während dieser Zeit ansteckend.

In seltenen Fällen kann es auch zu einer Übertragung mittels kontaminierten Nahrungsmitteln oder Trinkwasser kommen.

Die Infektionsdosis ist sehr gering: 10 bis 100 Viruspartikel reichen bereits aus, um eine Erkrankung auszulösen.

Symptome und Krankheitsverlauf

12 - 48 Stunden nach der Ansteckung beginnen die typischen Symptomen der Erkrankung: massives und unkontrollierbares Erbrechen, begleitet von starkem Durchfall.

Die Symptome klingen in der Regel nach zwei bis drei Tagen ab. Bei älteren Personen können die Begleitsymptome (Übelkeit, Muskelschmerzen und Schläffheit) bis zu einer Woche andauern. Wichtig ist, dass in der akuten Krankheitsphase der oftmals massive Flüssigkeitsverlust ersetzt wird. Nach Abklingen der Symptome können die Viren noch bis zu drei Tagen im Stuhl nachgewiesen werden.

Präventive Massnahmen

Eine Impfung gegen Noroviren oder Medikamente zur Vorbeugung gibt es nicht.

- Die wichtigste vorbeugende Massnahme ist eine gute Händehygiene, insbesondere nach jedem Toilettengang.
- Kontaminierte Gegenstände und Flächen müssen desinfiziert werden. Dafür eignet sich 0.1 %-ige Javel-Lösung (handelsübliche Javel-Lösungen sind stärker konzentriert und müssen entsprechend verdünnt werden) oder mindestens 60 °C heisser Dampf.
- Kontaminierte Wäsche sollte wenn möglich bei mindestens 60 °C gewaschen werden. Alternativ kann Wäsche, welche nur bei 30 °C gewaschen werden darf, für 14 Tagen an einem sicheren Ort aufbewahrt werden.
- Erkrankte Personen sollten keine Mahlzeiten zubereiten und dürfen nicht in der Lebensmittelverarbeitung tätig sein. Allgemein sollten betroffene Personen auch nach Abklingen der Symptome für drei Tage der Arbeit fernbleiben.