

Merkblatt für Eltern: Noroviren

Stand: März 2023

Was sind Noroviren?

Noroviren sind weltweit verbreitet und für einen Großteil der nicht bakteriell verursachten Magen-Darm-Entzündungen (Gastroenteritis-Erkrankungen) bei Kindern und bei Erwachsenen verantwortlich. Häufig sind Noroviren die Ursache von akuten Gastroenteritis-Ausbrüchen in Gemeinschaftseinrichtungen, wie Schulen, Kindergärten und Kinderkrippen; Erkrankungsfälle können aber auch vereinzelt auftreten.

Erkrankungen durch Noroviren werden insbesondere in den Wintermonaten beobachtet.

Wie werden Noroviren übertragen?

In erster Linie werden die Noroviren von Mensch zu Mensch über eine Schmierinfektion übertragen. Die Viren werden mit dem Stuhl ausgeschieden und können dann über die Hände auf andere Menschen übertragen werden (fäkal-oral). Des Weiteren können die Viren auch über das Erbrochene in der Luft verbreitet werden, die wir dann oral aufnehmen (Tröpfcheninfektion).

Eine weitere Möglichkeit ist die Aufnahme von Viren über verunreinigte Gegenstände, wie zum Beispiel Türgriffe oder Armaturen. Auf diesem Weg gelangen die Viren dann leicht über die Hände in den Mund.

Allerdings können Infektionen oder Ausbrüche auch von verunreinigten Speisen (v. a. Fisch und Meeresfrüchte) oder Getränken (verunreinigtes Trinkwasser) ausgehen.

Die Infektiosität ist sehr hoch; schon wenige Viruspartikel können zur Infektion führen.

Wie äußert sich die Erkrankung?

Noroviren verursachen plötzliche Magen-Darm-Erkrankungen mit schwallartigem Erbrechen und ggf. auch heftigen Durchfällen. Dadurch kann es zu einem erheblichen Flüssigkeitsverlust kommen. Weitere Krankheitszeichen sind Bauchschmerzen, Übelkeit, Kopfschmerzen, Muskelschmerzen, Schwäche und leichtes Fieber.

Wie lange ist ein Erkrankter ansteckungsfähig?

Die Inkubationszeit (Zeit zwischen Infektion und Auftreten der Krankheitszeichen) beträgt etwa 1-3 Tage. Die Symptome halten etwa 12-72 Stunden an. Die Betroffenen sind während der akuten Phase hochansteckend, da bis zu zwei Tage nach Abklingen der Symptome relativ viele Erreger mit dem Stuhl ausgeschieden werden. Die Anzahl der Viren nimmt dabei jedoch stetig ab. Die Ansteckungsgefahr besteht für die Dauer der Erkrankung und auch noch nach dem Abklingen der Symptome für ca. 7-14 Tage.

Wie kann ich mich und andere vor Ansteckung schützen?

- Verzichten Sie möglichst auf den Kontakt zu den Erkrankten.
- Waschen Sie sich gründlich die Hände nach jedem Toilettengang, wenn Sie Kontakt zu einem Erkrankten hatten, vor der Zubereitung von Speisen sowie vor dem Essen.

Sollten Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an:

Gesundheitsamt
Postplatz 5, 08523 Plauen
hygiene@vogtlandkreis.de

- Zum Trocknen der Hände sollten für jede Person im Haushalt separate Handtücher zur Verfügung stehen.
- Erbrochenes sollten Sie möglichst mit Einweghandschuhen entfernen.
- Nach dem Ablegen der Einmalhandschuhe und nach Kontakt zu Erbrochenem, Stuhl oder anderen Ausscheidungen des Erkrankten, kann eine Händedesinfektion mit einem viruswirksamen Händedesinfektionsmittel durchgeführt werden, eine Reinigung mit Wasser und Seife ist in der Regel und vor allem im häuslichen Umfeld ausreichend.
- Bett- und Leibwäsche von Erkrankten sowie Handtücher sollten bei mindestens 60°C gewaschen werden.
- Wenn die Möglichkeit im häuslichen Bereich besteht, sollte erkrankten Personen eine eigene Toilette zur Verfügung gestellt werden.

Bei der Pflege von Erkrankten ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes zur Vermeidung der Inhalation von Tröpfchen sinnvoll.

Personen, die evtl. Kontakt mit Stuhl oder Erbrochenem eines Erkrankten hatten, sollten für die Dauer der Inkubationszeit und die folgenden zwei Wochen eine besonders gründliche Händehygiene betreiben.

Besuch von Kindergärten, Schulen und sonstigen Gemeinschaftseinrichtungen

Nach § 34 Abs. 1 Infektionsschutzgesetz dürfen Kinder unter sechs Jahren, die an einer ansteckenden Magen-Darm-Infektion erkrankt oder dessen verdächtig sind, Gemeinschaftseinrichtungen nicht besuchen. Nach dem Abklingen der klinischen Symptome sowie zusätzlich 48 Stunden ohne Krankheitszeichen kann die Einrichtung wieder besucht werden. Ein schriftliches ärztliches Attest ist nicht erforderlich.

Darüber hinaus sollen die Einrichtungsleiter über die Erkrankung sowie positive Befunde unterrichtet werden.

Alle Beteiligten sind über die notwendigen Hygieneregeln zu informieren und die Beachtung der Hygieneregeln muss über mindestens zwei weitere Wochen sichergestellt sein.

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- Körperliche Schonung und den Kontakt zu anderen Personen möglichst meiden.
- Bei Durchfall und Erbrechen ist es wichtig, viel zu trinken.
- Achten Sie auf leicht verdauliche Nahrung mit ausreichender Salzzufuhr.
- Reste von Stuhl und Erbrochenem sollten zügig beseitigt werden, da diese sehr ansteckend sind.
- Auf regelmäßiges Lüften der Räume achten.
- Kleinkinder sollten einem Kinderarzt vorgestellt werden.