

Praxis Brenner

Die gesunden Seiten des Lebens
April 2021 / Jg 4 / Nr. 12

IMPFKALENDER
Standardimpfungen
für Säuglinge, Kinder,
Jugendliche & Erwachsene

**Erste Klinik in Deutschland
vollständig auf Patienten mit
Demenz eingestellt**

DAS MALIGNNE MELANOM





**Liebe Patientin,
lieber Patient!**

diese Ausgabe unseres Praxismagazins würde normalerweise über unser 3 jähriges Jubiläum am Standort hier in Spiesen-Elversberg berichten. Den äußeren Umständen geschuldet, haben wir uns zum Schutz aller entschlossen, dieses Jubiläum zu einen späteren Zeitpunkt zu feiern.

Trotzdem sagen wir DANKE für Ihr Vertrauen und die netten Worte, die wir täglich von Ihnen, unseren Pa-

tientInnen, unseren Freunden und von unseren Partnern hören.

Es tut gut, in diesen Zeiten ein nettes Wort zu hören, da das Lächeln zum Schutz von uns allen meist durch eine Schutzmaske verdeckt wird.

Da wir uns in den letzten Wochen an den Corona-Schnelltests in Schulen beteiligt haben, kam es hin und wieder zu kleineren Behinderungen im Praxisablauf. Ich danke Ihnen für

Ihre Geduld und Ausdauer in dieser nicht alltäglichen Zeit. Wir hatten uns entschlossen, einen kleinen Beitrag für ein sicheres Zusammensein zu leisten. Denn gemeinsam werden wir auch diese Krise meistern.

Bleiben Sie stark und vor allem **GESUND!**

**Viel Spaß beim Lesen
wünscht Ihnen**

Susanne Brenner

IMPRESSUM

Herausgeber:
Praxis Brenner
Hausärztliche Versorgung
Hauptstraße 100
66583 Spiesen-Elversberg
Telefon 06821 983 1300
www.brenner-praxis.de

Redaktionsleitung:
Dr. med. Hans Germann &
Dr. med. Susanne Brenner

Gestaltung: Katja Sieger & Michelle Durrang
Produktion: bmade.de
Fotos: depositphotos.com, freepik.com

Hausarzt - Magazin
Informationen für Patienten der
Praxis Brenner
Dr. med. Susanne Brenner
Fachärztin für Allgemeinmedizin
April 2021 / Jg. 4 / Nr. 12
Alle Angaben ohne Gewähr, Irrtümer
und Änderungen vorbehalten.



Titelthema · 6-7

Das maligne Melanom oder schwarzer Hautkrebs

Seite 6-7

Aktuell · 4

Erste Klinik in Deutschland auf Patienten mit Demenz eingestellt

Auch Allergiker können gegen SARS-CoV-2 geimpft werden

Impfungen werden vernachlässigt

Medizin · 5

Impfkalender mit den Standardimpfungen

Kulturelles · 8

Unsere Buchempfehlung
Das Verschwinden des Dr. Mühe
Oliver Hilmes

Unsere Filmempfehlung
Inside Man

Personenquiz · 10

Berühmte Persönlichkeiten aus der Medizingeschichte

Gewinnspiel mit Buchpreis

Praxisinfos · 11

Corona Testzentrum in Spiesen

3 Jahre Praxis Brenner



Erste Klinik in Deutschland vollständig auf Patienten mit Demenz eingestellt

Als erste Klinik Deutschlands ist das Malteser Krankenhaus Sankt Carolus im sächsischen Görlitz vollständig auf die Bedürfnisse von Patienten mit Demenz eingestellt. Das heißt: alle 260 Mitarbeitenden des 120-Betten-Hauses sind zum Thema „demenz-sensibler-Umgang“ mit Patienten praxisnah weitergebildet worden.

Zudem wurden umfangreiche Baumaßnahmen durchgeführt, Orientierungshilfen wie farbige Lichtschalter und Sensoren zur Sturzprophylaxe installiert, Räume gestaltet und gleichzeitig die internen Abläufe demenz-sensibel angepasst.

Damit will man sich an den Fähigkeiten und auch Einschränkungen, die Menschen mit Demenz haben,



ausrichten. Denn man weiß auch, dass sie sich dem üblichen Regime eines Krankenhauses nicht anpassen können. Studien zeigten etwa, dass Demenzpatienten nach Opera-

tionen weniger Schmerzmittel erhalten, weil sie sich nicht entsprechend äußern können.

Auch Allergiker können gegen SARS-CoV-2 geimpft werden

Bei der durchgeführten Impfkampagne mit dem RNA-basierten Impfstoff der Firma BioNTech/Pfizer (Handelsname Comirnaty) traten in Großbritannien zu Beginn zwei schwerwiegende, mutmaßlich allergische Unverträglichkeitsreaktionen auf. Experten des Paul-Ehrlich-

Instituts (PEI) sowie der europäischen Arzneimittelbehörde (EMA) haben die Datenlage eingehend geprüft und sind zum Ergebnis gekommen, dass danach kein generell erhöhtes Risiko für schwerwiegende unerwünschte Wirkungen für Personen mit vorbenannten allergischen Erkrankungen bei Impfung mit Comirnaty abzuleiten sei. Daher liegen laut Zulassung der europäischen Kommission bei bekannten Allergien gegenüber Lebensmitteln und Medikamenten keine Kontraindikation gegen die Impfung vor.



Impfungen werden vernachlässigt



Das Robert-Koch-Institut (RKI) meldet, dass die Impfquoten bei Erwachsenen in Deutschland nach wie vor eher gering sind. Selbst bei der Impfung gegen Tetanus, Diphtherie und Pertussis lassen nur etwa 50 % der Erwachsenen ihren Impfstatus alle zehn Jahre auffrischen, wie das eigentlich empfohlen wird. Auch die Quoten bei der Pneumokokken-Impfung fallen mit 24 % bei Menschen über 60 Jahre und 19 % bei chronisch Kranken enttäuschend niedrig aus - so dass RKI.

Impfkalender mit den Standardimpfungen

Tabelle 1: Impfkalender (Standardimpfungen) für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und Erwachsene; 2020/2021

Impfung	Alter in Wochen	Alter in Monaten									
		6	2	3	4	5–10	11*	12	13–14	15	16–23
	U4			U5		U6			U7		
Rotaviren	G1*		G2	(G3)							
Tetanus ^b		G1		G2		G3*					
Diphtherie ^b		G1		G2		G3*					
Pertussis ^b		G1		G2		G3*					
Hib ^b H. influenzae Typ b		G1		G2		G3*					
Poliomyelitis ^b		G1		G2		G3*					
Hepatitis B ^b		G1		G2		G3*					
Pneumokokken ^b		G1		G2		G3*					
Meningokokken C							G1				
Masern							G1		G2		
Mumps, Röteln							G1		G2		
Varizellen							G1		G2		
HPV Humane Papillomviren											
Herpes zoster											
Influenza											

Empfohlener Impfzeitpunkt

Nachholimpfzeitraum für Grund- bzw. Erstimmunisierung aller noch nicht Geimpften bzw. für Komplettierung einer unvollständigen Impfserie

G	Grundimmunisierung (in bis zu 3 Teilimpfungen G1 – G3)
A	Auffrischimpfung
S	Standardimpfung
a	Erste Impfstoffdosis bereits ab dem Alter von 6 Wochen, je nach verwendetem Impfstoff 2 bzw. 3 Impfstoffdosen im Abstand von mind. 4 Wochen
b	Frühgeborene: zusätzliche Impfstoffdosis im Alter von 3 Monaten, d. h. insgesamt 4 Impfstoffdosen
c	Mindestabstand zur vorangegangenen Dosis: 6 Monate
d	Zwei Impfstoffdosen im Abstand von mind. 5 Monaten, bei Nachholimpfung beginnend im Alter > 14 Jahren oder bei einem Impfabstand von < 5 Monaten ist zwischen 1. und 2. Dosis eine 3. Dosis erforderlich
e	Td-Auffrischimpfung alle 10 Jahre. Nächste fällige Td-Impfung einmalig als Tdap- bzw. bei entsprechender Indikation als Tdap-IPV-Kombinationsimpfung
f	Einmalige Impfung mit einem MMR-Impfstoff für alle nach 1970 geborenen Personen ≥ 18 Jahre mit unklarem Impfstatus, ohne Impfung oder mit nur einer Impfung in der Kindheit
g	Impfung mit dem 23-valenten Polysaccharid-Impfstoff
h	Zweimalige Impfung mit dem adjuvantierten Herpes-zoster-Totimpfstoff im Abstand von mindestens 2 bis maximal 6 Monaten
*	Impfungen können auf mehrere Impftermine verteilt werden. MMR und V können am selben Termin oder in 4-wöchigem Abstand gegeben werden

Impfung	Alter in Jahren							
	2–4	5–6	7–8	9–14	15–16	17	ab 18	ab 60
	U7a/U8	U9	U10	U11/J1		J2		
Rotaviren								
Tetanus ^b		A1		A2			A*	
Diphtherie ^b		A1		A2			A*	
Pertussis ^b		A1		A2			A3*	
Hib ^b H. influenzae Typ b								
Poliomyelitis ^b	A1							
Hepatitis B ^b								
Pneumokokken ^b								S*
Meningokokken C								
Masern							S*	
Mumps, Röteln								
Varizellen								
HPV Humane Papillomviren				G1*	G2*			
Herpes zoster							G1*	G2*
Influenza								S (jährlich)



Das maligne Melanom oder schwarzer Hautkrebs

Das maligne Melanom wird umgangssprachlich auch schwarzer Hautkrebs genannt. Es ist ein aggressiver sehr bösartiger Tumor, der von den pigmentbildenden Zellen der Haut ausgeht und sehr früh in andere Organe streut und dort die so genannten Metastasen bildet. Das maligne Melanom tritt zu 95 % an der Haut auf, sehr selten entsteht der Tumor aber auch an anderen Körperstellen wie zum Beispiel am Auge.

Am häufigsten tritt der Tumor im Alter zwischen 45 und 60 Jahren auf. Die Krankheitsprognose hängt von der Art, der Lokalisation und der Dicke des Tumors ab.

Insgesamt gilt, je früher die Krankheit entdeckt und behandelt wird, desto besser sind die Heilungschancen.

Hat das Melanom bei der Diagnose bereits eine bestimmte Dicke überschritten, muss untersucht werden ob der Tumor schon auf die benachbarten Lymphknoten übergreifen hat und ob Tochtergeschwülste in anderen Organen gewachsen sind.

Um frühzeitig das maligne Melanom zu erkennen, ist es auch besonders wichtig, die von den Krankenkassen angebotenen Hautkrebscreening-Untersuchungen wahrzunehmen.

Diese Untersuchungen werden jedem Versicherten ab dem 35. Lebensjahr in einem zweijährigen Rhythmus kostenfrei angeboten. Als allgemeine Vorsorgemaßnahme gilt auch die Tatsache, ein Übermaß an UV-Strahlung - insbesondere im Kindesalter - zu vermeiden, weil das das Krankheitsrisiko erhöhen kann.

Ein vernünftiger Umgang mit Sonnenlicht hat höchste Priorität.

Und dazu gehört sorgfältiger Sonnenschutz – durch Kleidung und Sonnenschutzmittel. Insbesondere



in Mitteleuropa als auch in Australien nimmt die Anzahl an neu aufgetretenen Melanomen in den letzten Jahrzehnten deutlich zu.

In Mitteleuropa beispielsweise erkranken derzeit pro Jahr mehr als 20 von 100.000 Einwohnern neu an einem Melanom. Im Gegensatz dazu ist das Leiden in Bevölkerungen mit stärkerer Pigmentierung (Asiaten, Afrikaner) eine Seltenheit.

Wie erkennt man nun ein malignes Melanom?

Melanome sind meist dunkel pigmentierte Tumoren, die sich aus bereits bestehenden Muttermalen aber auch spontan entwickeln können. Der schwarze Hautkrebs ist sehr vielgestaltig. Anhand des Erscheinungsbildes und der feingeweblichen Merkmale werden verschiedene Haupttypen unterschieden.

Schmerzen oder Missempfindungen sind eher untypisch. In fortgeschrittenen Stadien kann es zu Blutungen kommen und gelegentlich tritt auch Juckreiz auf.

Verdächtig sind alle plötzlichen Veränderungen in Form oder Farbe eines Pigmentmals. Auch neu aufgetretener Juckreiz, spontane

Blutungen oder Irritationen wie eine Rötung im Randbereich können Hinweise für eine beginnende Entartung sein.

Zur Beurteilung der Malignität (Bösartigkeit) einer Pigmentierung kann die so genannte ABCD-Regel herangezogen werden. Die Abkürzung steht für:

- A = Asymmetrie des Aufbaus
- B = Begrenzung unregelmäßig
- C = Colorit inhomogen
(=unregelmäßige Farbe)
- D = Durchmesser > 6 Millimeter

Besteht Verdacht auf ein malignes Melanom, wird in aller Regel zuerst mit einem speziellen Mikroskop oder einer Lupe (Dermatoskop) die entsprechende Hautstelle untersucht und vergrößert dargestellt.

Dadurch kann die Pigmentstruktur schon genauer beurteilt werden und eine diagnostische Abgrenzung zu anderen pigmentierten Hautveränderungen erfolgen.

Dann kann mit einem speziellen Ultraschallgerät eine Tumordickenmessung durchgeführt werden. Die Tumordicke wird auch nach operativer Entfernung des Tumors bei der Gewebeuntersuchung genau bestimmt.

Die Tumordicke ist letztendlich der wichtigste prognostische Faktor, von dem auch das therapeutische Vorgehen abhängt.

Im Frühstadium von schwarzem Hautkrebs, wenn die Eindringtiefe noch unter einem Millimeter liegt, kann eine Operation als Behandlung ausreichen. Bei etwa zwei Drittel aller Melanome ist dies der Fall.

Bei dickeren Melanomen (ab einem Millimeter Tumordicke) wird zusätzlich eine so genannte Ausbreitungsdiagnostik durchgeführt, um mögliche Tochtergeschwülste an anderen Organen und in Lymphknoten zu entdecken oder auch auszuschließen. Das Melanom wird - sofern machbar - operativ entfernt.

Dabei wird der Tumor mit einem Sicherheitsabstand von ein bis zu zwei Zentimeter entfernt. Ist der Tumor dicker als ein Millimeter, wird in der Regel zusätzlich der in der Nachbarschaft befindliche Lymphknoten mitentfernt.

Um den Krankheitsverlauf günstig zu

beeinflussen und möglicherweise kleinste noch nicht nachweisbare Tochtergeschwülste im Körper zu bekämpfen, wird dem Patienten mit höherem Risiko eine zusätzliche Behandlung empfohlen:

Die unterstützende (adjuvante) Immuntherapie mit Interferon-alpha.

Diese Immuntherapeutika sollen bestimmte Abwehrzellen (Killerzellen) im Körper aktivieren, damit sie noch vorhandene Krebszellen eliminieren.

Hilfreich kann auch eine Strahlentherapie sein, wenn beispielsweise mehrere Lymphknoten befallen sind oder wenn es um die Behandlung von Hirnmetastasen geht.

Eine weitere neuere mögliche Behandlung ist eine so genannte zielgerichtete Therapie: dabei erhält der Patient Medikamente, die ganz gezielt nur gegen die Krebszellen vorgehen, gesunde Zellen werden verschont. Diese Therapie ist aber

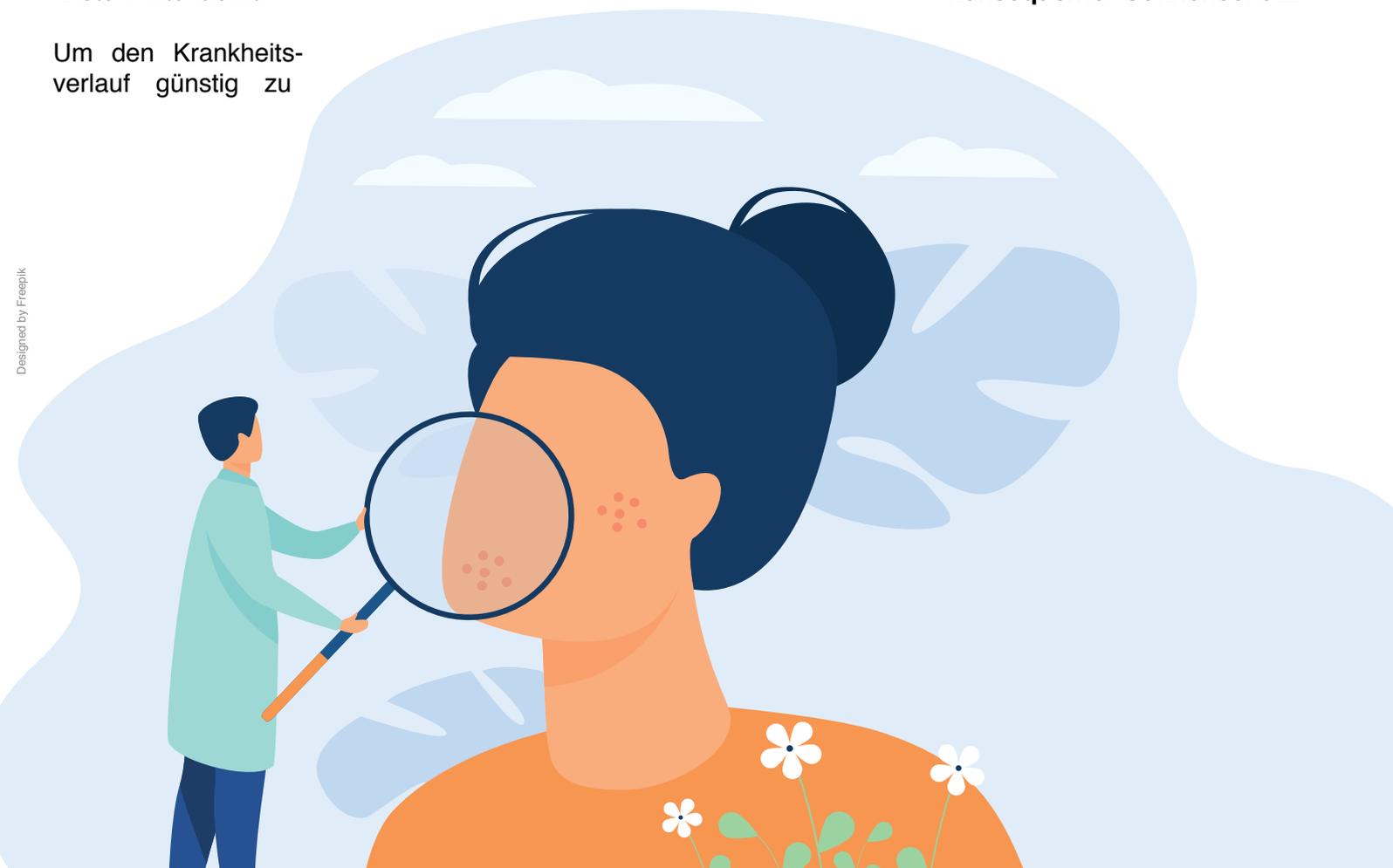
nur möglich, wenn die Krebszellen bestimmte genetische Veränderungen aufweisen, was bei etwa 50 von hundert Melanomen der Fall ist.

Eine weitere Behandlungsmöglichkeit ist die Chemotherapie, die dann in Betracht kommt, wenn die übrigen Therapien nicht in Frage kommen, weil der Patient nicht darauf anspricht.

Die Prognose des malignen Melanoms hängt ganz entscheidend von der Tumordicke ab.

Dabei hat sich durch eine verbesserte Früherkennung die Prognose in den letzten Jahrzehnten deutlich verbessert, weil viele Melanome in einem sehr frühen Stadium entdeckt werden. Dann ist die Erkrankung fast immer heilbar.

Dennoch - bei allem Fortschritt der Medizin muss die Vorsorge im Mittelpunkt aller Betrachtungen stehen:
- **richtiger Umgang mit der Sonne**
- **konsequenter Sonnenschutz**



Buchempfehlung

Das hat uns gefallen



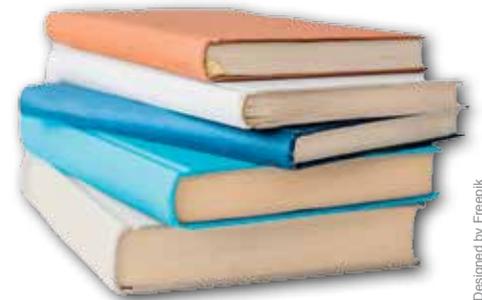
Berlin, Juni 1932: Als der angesehene Arzt Dr. Erich Mühe kurz nach Mitternacht noch einmal seine Wohnung in Kreuzberg verlässt, weiß seine Frau Charlotte noch nicht, dass sie ihren Mann das letzte Mal gesehen hat.

Dieser verschwindet über Nacht, ohne dass es einen ersichtlichen Grund dafür gibt. Sein Sportwagen wird am nächsten Tag verlassen am Ufer des Sacrower Sees im Südwesten Berlins von einem Gastwirt gefunden.

Zunächst sieht alles nach einem Badeunfall aus: Mühe sei nachts zum Schwimmen an den See gefahren und dort ertrunken, eine Leiche wird

allerdings nicht gefunden. Routinemäßig übernimmt die Kriminalpolizei die Ermittlungen.

Kriminalkommissar Ernst Keller und sein junger Assistent Schneider führen zahlreiche Verhöre mit Nachbarn, Verwandten und Angestellten. Dabei stoßen sie zunehmend auf Ungereimtheiten.



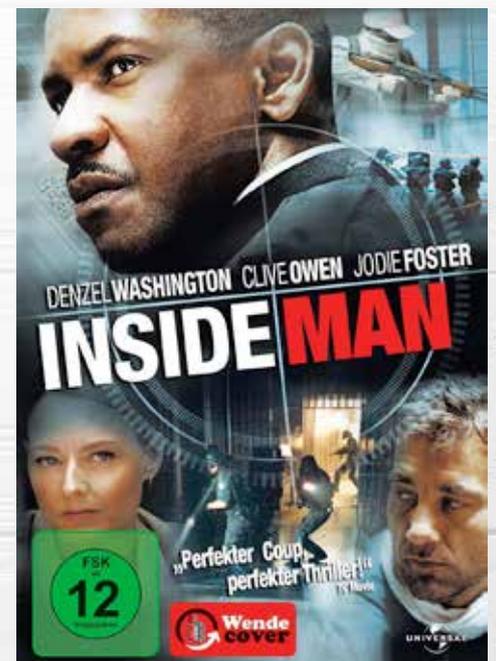
Designed by Freepik

Filmempfehlung

Das hat uns gefallen

Dalton Russell (Clive Owen) hat den Plan für einen perfekten Bankraub: Sein Team und er stürmen als Mäler getarnt in eine gut besuchte New Yorker Bank, wo sie die Kundschaft als Geiseln nehmen. Sie ziehen allen Kunden Overalls über, so dass Täter und Opfer für die anrückende Polizei draußen

vor der Tür nicht zu unterscheiden sind. Das Kommando dort führt Detective Keith Frazier (Denzel Washington), der als Vermittler mit den Geiselnern verhandeln soll. Der Direktor der Bank (Christopher Plummer) ist in heller Aufruhr. Er fürchtet nicht um sein Geld, sondern hat vielmehr Angst, dass ein dunkles Geheimnis, das in einem der Bankschließfächer schlummert, aufgedeckt wird. Er heuert die undurchsichtige Madaline White (Jodie Foster) an, um direkt mit den Geiselnern an der Polizei vorbei zu verhandeln...



filmstarts.de

Amazon.de

Designed by Freepik

Dr. Germann's

ROBEETIN^{plus}

Bluthochdruck - Volkskrankheit Nr. 1

Gesundheitsstärkende Rote Beete Kapsel
mit Weißdornextrakt, Traubenkern-Extrakt
und L-Ararginin

Jeder 3. ist betroffen

Neue Rezeptur mit Weißdornextrakt!



90 Kapseln

Weißdorn und Rote Beete - zusammen stark für ein gesundes Leben

Erhältlich in Ihrer Apotheke. - www.robeetin.de

Berühmte Persönlichkeiten

Personen die Geschichte schrieben

Unser Gesuchter wurde im November 1825 in Paris geboren und verstarb im August 1893. Er war ein französischer Pathologe und Neurologe. Er zählt zu den bedeutendsten Ärzten in der Geschichte des Krankenhauses Salpêtrière in Paris, die im 19. Jahrhundert wohl bekannteste psychiatrische Anstalt Europas.

1882 etablierte er dort die erste eigenständige neurologische Abteilung in Europa. Zusammen mit anderen bedeutenden Ärzten gilt er als Begründer der modernen Neurologie.

Kaum ein anderer Wissenschaftler des 19. Jahrhunderts hat die Entwicklung des Faches Neurologie so nachhaltig beeinflusst wie unser Gesuchter. In der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts gelangte er zu bedeutenden Erkenntnissen auf fast allen Gebieten der Neurologie.

So beschrieb er als erster die sog. amyotrophe Lateralsklerose und die neurogene Arthropathie.

Außerdem grenzte er die Multiple Sklerose und die Parkinson-Krankheit als eigenständige Krankheitsbilder voneinander ab.

Ein berühmter Schüler von ihm war z.B. Sigmund Freud. Freud studierte ab August 1885 bei ihm an der Salpêtrière. Während er später erfolgreich seine Schöpfung, die Psychoanalyse, als unabhängige Wissenschaft etablierte, wird oft vergessen, dass diese mit dem Studium der Hypnose bei unserem Gesuchten begann.

Er war Repräsentant der herrschenden Wissenschaft des 19. Jahrhunderts, die sich mit der Hypnose abgefunden hatte, und war bemüht, eine neurophysiologische Erklärung für die von ihm beobachteten Symptome zu finden. Unser Gesuchter starb nach 1893 bei einem Angina-pectoris-Anfall.

Unsere berühmte Persönlichkeit sammelte als seit der Jugend künst-



wikipedia.org

lerisch begabter und an Kunst interessierter Arzt historische Darstellungen der Hysterie. Außerdem führte er die Fotografie als Methode der klinischen Dokumentation zum einen und als didaktische Methode im Unterricht (Projektion von Diapositiven) zum anderen ein.

Auflösung aus Heft 11

In der letzten Ausgabe haben wir Karl Landsteiner gesucht. Allen, die die richtige Lösung gefunden haben, sagen wir herzlichen Glückwunsch.



Gewinner unseres Buchpreises aus der Ausgabe Nr. 11 ist Herr Franz-Peter Koßmann. Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß beim Lesen.

Wissen Sie, wen wir suchen?

Trennen Sie den angehängten Coupon ab und geben Sie ihn in der Praxis ab. Unter allen richtigen Antworten lösen wir am 27.05.2021 einen Gewinner aus.

Antwortcoupon

Personenquiz
Praxismagazin Nr. 12/2021
Einsendeschluss: 24.05.2021

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Der Gewinner wird von uns schriftlich benachrichtigt,
eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich.

Name _____

Vorname _____

Straße _____

Wohnort _____

Meine Antwort _____

Corona-Schnelltest in der Turnhalle des CFK in Spiesen-Elversberg

Mit Inkrafttreten der aktuellsten Verordnung zum Anspruch auf Testung in Bezug auf einen direkten Erregernachweis des Coronavirus SARS-CoV-2 zum 08.03.2021 besteht neben bestimmten Personenkreisen für jede Person, die den Wohnsitz oder den gewöhnlichen Aufenthaltsort in der Bundesrepublik Deutschland hat die Möglichkeit, sich in unserem Testcenter in Abhängigkeit der verfügbaren Testkapazitäten mindestens 1x wöchentlich kostenfrei testen zu lassen.

In Spiesen hat jetzt ein Corona-Schnelltest Zentrum eröffnet. Dort können sich Bürger mit Wohnsitz Spiesen-Eversberg testen lassen.

Die Testung findet in der Turnhalle des CFK, Zum Nassenwald 1 in 66583 Spiesen-Elversberg statt. Parkplätze sind vor dem Haus.

Mehr Informationen finden Sie unter: apo-schnelltest.de/rochus-apotheke-spiesen



Designed by Freepik

3 Jahre Praxis Brenner am Standort Spiesen

Seit dem 01. April 2018 hat die Praxis Brenner ihre Türen für alle Patienten am Standort Spiesen geöffnet.

Wir freuen uns Sie auch weiterhin bei uns begrüßen zu dürfen und Danken allen Patienten, Kollegen und Freunden für die Unterstützung.



Jetzt scannen und mehr erfahren



Vorschau

- Toxoplasmose
- Vitamin B1-Mangel
- Listerien in Räucherfisch
- Impfquoten weiterhin zu niedrig

Nächste Ausgabe ab
01. Juli 2021



Designed by Freepik

ZUR HÄNDE-HYGIENE GEHÖRT AUCH DAS HANDY!



Wie oft haben Sie sich heute schon die Hände gewaschen?

Und wann haben Sie das letzte Mal Ihr Smartphone sauber gemacht?

Gerade in Zeiten von Corona sollten Sie regelmäßig den Touchscreen reinigen.

Durchschnittlich tippen wir über 2.500 Mal pro Tag auf unser Smartphone. Und jedes Mal übertragen wir Keime, Bakterien und andere Erreger auf die Oberfläche. Neben dem sichtbaren Schleier sammelt sich ein dichter Bakterienfilm auf dem Display an. Meist handelt es sich um Bakterien von Haut und Mund.

Nicht ganz sauber!

Während wir telefonieren, können Bakterien aus der Lunge oder Keime aus Lebensmittel- oder Kosmetikresten auf das Gerät gelangen. Aber auch unsere Hände können Erreger übertragen. Eine regelmäßige Pflege ist daher extrem wichtig.

Etwa 100 Bakterienarten auf dem Screen

Laut TÜV reinigt nur jeder vierte Deutsche die Oberfläche seines Smartphones bewusst und intensiv. Dabei tummeln sich durchschnittlich etwa 100 verschiedene Bakterienarten auf einem Smartphone.

Aber kein Grund zur Panik. Meistens handelt es sich um Bakterien, die beim Menschen

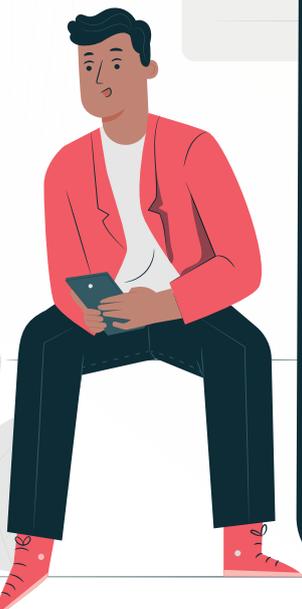
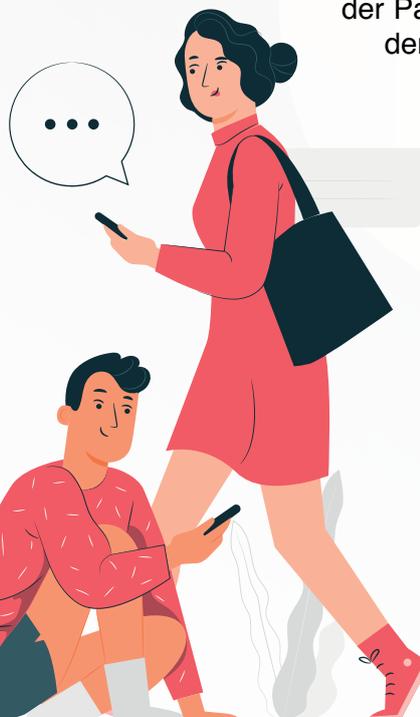
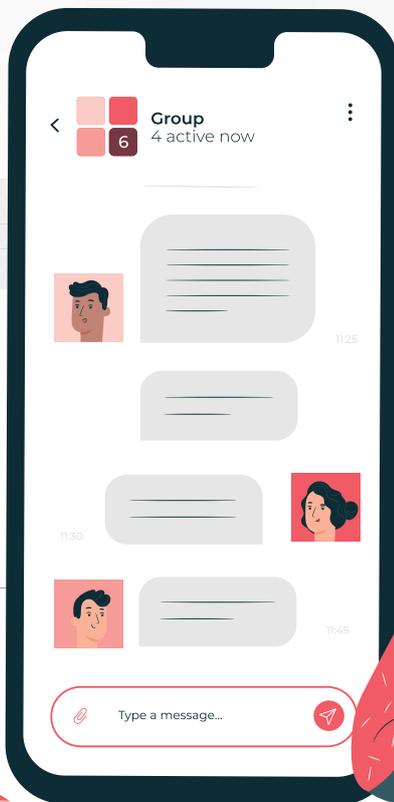
in Mund, Haut und Darm ganz natürlich sind. Wenn das Immunsystem intakt ist, ist die Gefahr, krank zu werden, auch eher gering.

Etwas größer ist das Risiko in der Erkältungszeit. Gerade dann ist es wichtig, das Handy-Display regelmäßig zu säubern. Wer erst die Nase putzt und dann die nächste Nachricht verschickt, muss sich über Erkältungsviren auf dem Display nicht wundern. Da sich Erreger auch über Türklinken, Haltegriffe in der Straßenbahn und ähnliche Herde verbreiten, landen sie unweigerlich auf dem Touchscreen.

Handy-Hygiene in Krankenhäusern oft vernachlässigt

Ein erhöhtes Infektionsrisiko besteht generell auch in Krankenhäusern. Einerseits weil das Immunsystem der Patienten angegriffen ist, andererseits, weil dort wesentlich mehr Erreger auf engem Raum vorkommen als in einer normalen häuslichen Umgebung. Darum ist es wichtig, während eines Krankenhaus-Aufenthalts nicht nur seine Hände zu waschen, sondern auch regelmäßig sein Smartphone zu säubern.

Quelle:
<https://www.tk.de/techniker/magazin/digitale-gesundheit/rund-ums-smartphone/bakterienschleuder-smartphone-haende-hygiene-2009266>



Designed by Freepik



Dieses Heft ist nicht zur Weitergabe an Dritte geeignet!

Das Magazin ist für die Patienten der Facharztpraxis für Allgemeinmedizin Dr. med. Susanne Brenner, Praxis Dr. med. Ralf Kaiser sowie der Praxis Dr. med. Hans Germann. Standort Spiesen-Elversberg, Dr. med. Susanne Brenner, Hauptstraße 100, 66583 Spiesen-Elversberg für den Standort St.Ingbert / Hassel die Praxis Dr. med. Ralf Kaiser, Blumenstraße 4, 66386 St. Ingbert.