



Unterschätzte Gefahr im Herbst und Winter:

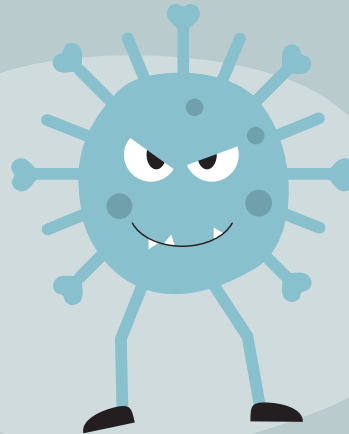
Das Norovirus

Noroviren gehören zu den häufigsten Auslösern infektiöser Magen-Darm-Erkrankungen. Besonders in den Herbst- und Wintermonaten treten sie gehäuft auf – nicht nur in stationären Einrichtungen, sondern auch in der ambulanten Pflege. Pflegekunden, die z. B. in Tagespflegen betreut werden oder nach einem Krankenhausaufenthalt nach Hause zurückkehren, können das Virus ebenfalls übertragen. Deshalb ist Wachsamkeit gefragt – und die konsequente Umsetzung aller hygienischen Maßnahmen, die durch die PDL, Wohnbereichsleitung bzw. Pflegefachkräfte eingeleitet werden.

Wie wird das Norovirus übertragen?

Die Viren werden über Stuhl und Erbrochenes ausgeschieden. Die Ansteckung erfolgt vor allem durch:

- direkten Kontakt mit erkrankten Personen
- verunreinigte Flächen
- oder winzige Tröpfchen in der Luft beim Erbrechen



Inkubationszeit

- Bereits 6 bis 50 Stunden nach der Ansteckung kann es zu Symptomen kommen.
- Besonders ansteckend ist die Phase der akuten Erkrankung – doch auch danach kann das Virus noch bis zu 14 Tage über den Stuhl ausgeschieden werden. Deshalb ist Hygiene auch nach dem Abklingen der Symptome weiterhin wichtig.

So äußert sich die Erkrankung:



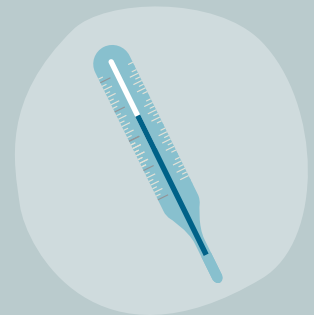
plötzliches, heftiges Erbrechen,



starke Durchfälle



Bauchschmerzen, Übelkeit,
Kopfschmerzen, Abgeschlagenheit



manchmal auch erhöhte
Körpertemperatur.



VORSICHT: Der Flüssigkeitsverlust ist die größte Gefahr – besonders bei älteren Menschen. Achten Sie darauf, ob der Pflegekunde ausreichend trinkt. Wenn nicht, informieren Sie bitte die zuständige Pflegefachkraft.



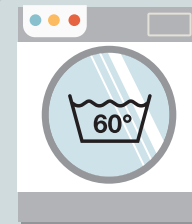
Ihre Aufgabe als Pflegekraft: Hygienemaßnahmen umsetzen

Bei Verdacht auf eine Norovirus-Infektion wird die PDL bzw. eine Pflegefachkraft entsprechende Maßnahmen anordnen. Ihre Aufgabe als Pflegekraft ist es, diese Vorgaben

sorgfältig und konsequent umzusetzen – zum Schutz des erkrankten Pflegekunden, der anderen Kunden und natürlich auch zu Ihrem eigenen Schutz.

Bitte beachten Sie dabei:

- Handschuhe, Schutzkittel und FFP2-Masken konsequent und nur patientenbezogen einsetzen.
- Händehygiene immer nach Plan durchführen – auch nach dem Abklingen der Symptome weiterführen (mind. 4–6 Wochen!).
- Flächenhygiene: Türgriffe, Toiletten, Waschbecken regelmäßig desinfizieren.
- Pflegeutensilien nur personenbezogen verwenden und gründlich desinfizieren.
- Wäsche immer im geschlossenen Beutel transportieren und bei mindestens 60 °C waschen.
- Mitbewohner, Angehörige und ggf. Haustiere auf Abstand halten.
- Bei eigenen Symptomen (z. B. Übelkeit oder Durchfall) bitte sofort die Leitung informieren und den Arzt aufsuchen. Eine Tätigkeit darf frühestens 48 Stunden nach Ende der Beschwerden wieder aufgenommen werden.
- Wenn der Pflegekunde verlegt werden muss (z. B. ins Krankenhaus), unbedingt vorab den Transportdienst und die Einrichtung informieren.
- Erkrankte sollten erst 2 Tage nach vollständigem Abklingen der Beschwerden wieder Besuch empfangen.
- Kinder und immungeschwächte Personen sollten keinen Kontakt zu Erkrankten haben.



Hinweis zur Meldepflicht

Laut Infektionsschutzgesetz ist eine Infektion mit Noroviren meldepflichtig (§ 6 und § 7 IfSG). Besonders für Menschen, die in Gemeinschaftseinrichtungen arbeiten oder unter 6

Jahre alt sind, gelten besondere Regelungen. Bitte beachten Sie: Die Meldung erfolgt durch die behandelnden Ärzte – bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an Ihre PDL.

Die Therapie

Eine gezielte Behandlung gegen das Norovirus gibt es nicht, auch keine Impfung. Wichtig ist vor allem, den Flüssigkeits- und Elektrolytverlust auszugleichen. Wenn Ihr Pflegekunde zu wenig trinkt oder stark geschwächt ist,

informieren Sie bitte **umgehend** die zuständige Fachkraft oder PDL. Diese entscheidet nach Rücksprache mit dem Arzt, ob z. B. eine s.c.-Infusion notwendig ist oder eine Verlegung ins Krankenhaus erfolgen muss.

So können Sie Ihren Pflegekunden unterstützen

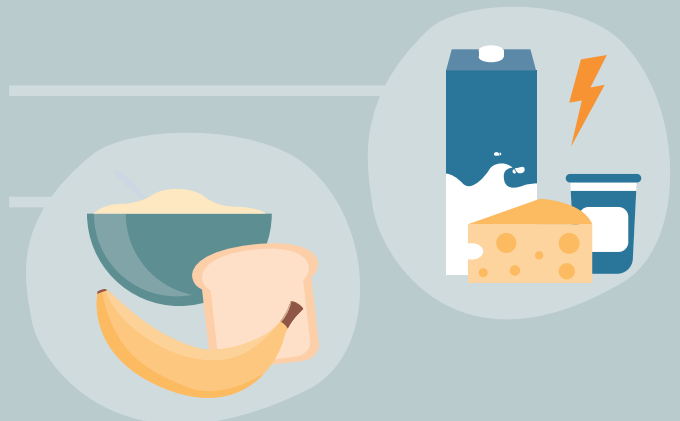
Bei einer Norovirus-Infektion fühlt sich der Pflegekunde oft geschwächt, unsicher und hilflos – gerade ältere oder vorerkrankte Menschen sind besonders gefährdet. Auch

wenn es keine spezielle Therapie gibt, können Sie als Pflegekraft viel dazu beitragen, dass sich Ihr Pflegekunde gut umsorgt und sicher fühlt.

Was darf der Pflegekunde essen und trinken?

Bitte beachten Sie stets die Anordnungen der Pflegefachkraft und ggf. ärztliche Hinweise. Als grundsätzliche Orientierung gilt:

- **Trinken ist das A und O:** Bieten Sie regelmäßig kleine Mengen Flüssigkeit an – am besten stilles Wasser, Kräutertees (z. B. Kamille, Fenchel) oder leicht gesalzene Brühe.
- **Keine Milchprodukte oder Fruchtsäfte:** Diese können den Durchfall verstärken – bitte unbedingt vermeiden.
- **Leicht bekömmliche Kost, wenn der Appetit zurückkehrt:** Zwieback, Salzstangen, gedünstete Möhren, Reis, Haferschleim oder Banane – in kleinen Portionen anbieten und gut beobachten, was vertragen wird. Keine schwer verdaulichen fettigen oder scharfen Speisen.
- **Was können Sie noch tun?** Fragen Sie ruhig nach: „Was mögen Sie denn trinken?“, oder: „Womit haben Sie bei Bauchweh früher gute Erfahrungen gemacht?“ Das schafft Vertrauen und bringt manchmal erstaunlich gute Anregungen.
- **Bieten Sie eine Wärmflasche an** – aber bitte niemals ohne Absprache mit einer Pflegefachkraft und nur wenn keine Kontraindikation besteht.
- **Schaffen Sie eine ruhige Umgebung** – Fernseher, Handy oder laute Geräusche stressen unnötig.



Hilfestellung, wenn der Pflegekunde erbricht oder Durchfall hat

Erbrechen und Durchfall sind für Pflegekunden nicht nur körperlich belastend, sondern oft auch beschämend.

Umso wichtiger ist es, dass Sie als Pflegekraft in solchen Momenten ruhig, wertschätzend und sicher reagieren.



Beitrag auch mehrsprachig unter
<https://durchblick-pflege.de>



Das können Sie tun, wenn Ihr Pflegekunde erbricht:

- **Sofort für Sicherheit sorgen:** Den Pflegekunden aufrecht lagern oder in eine sichere Seitenlage bringen – so vermeiden Sie das Risiko des Verschluckens.
- **Erbrochenes schnell und hygienisch entfernen:** Mit Einmalhandschuhen, Waschschüssel, Einwegtüchern oder Zellstoff arbeiten. Danach sorgfältige Mundpflege anbieten.
- **Beruhigen Sie sanft:** „Ist schon gut, das kann passieren. Ich bin da.“ – Ein ruhiger Ton vermittelt Geborgenheit.
- **Frischegefühl:** Warmes Wasser zum Nachspülen oder ein feuchter Waschlappen können wohltuend sein und das Frischegefühl zurückbringen.

„Machen Sie sich keine Sorgen. Ich bin da. Sie sind nicht allein.“

Was tun bei unangenehmen Gerüchen?

Auch Gerüche können belastend sein – sowohl für den Pflegekunden als auch für Sie als Pflegekraft. Achten Sie deshalb liebevoll auf Folgendes:

- Fenster öffnen oder kurz lüften, ohne dass Zugluft entsteht.
- Geruchsbindende Tücher oder spezielle Raumdufttücher (z. B. Lavendel, Zitrone) aufstellen – dezent und nicht reizend.
- Duftneutrale Reinigungstücher oder Waschhandschuhe verwenden.
- Mit einem angenehmen Duft arbeiten, z. B. ein paar Tropfen ätherisches Öl (z. B. Orange oder Minze) auf der Innenseite der FFP2-Maske – aber nur, wenn erlaubt und verträglich.
- Sprechen Sie beruhigend und wertschätzend, denn nichts ist für Pflegekunden schlimmer, als sich für den eigenen Körpergeruch zu schämen. Ein Satz wie: „Machen Sie sich keine Sorgen – ich kümmere mich jetzt um alles“, kann viel Druck nehmen.

Kleine Geste – große Wirkung

Sie sind in diesen Momenten oft die einzige Person, der dem Pflegekunden nah ist. Ihre Haltung – fürsorglich, ruhig, unaufgeregt – ist das Wichtigste. Denn Sie helfen nicht nur körperlich, sondern auch seelisch, dass sich Ihr Pflegekunde wieder sicher und angenommen fühlt. Erklären Sie ruhig, freundlich und in einfachen Worten, was gerade passiert – das beruhigt: „Sie haben sich einen Magen-Darm-Virus eingefangen. Wir achten jetzt gut auf Sie und



Das können Sie tun, wenn Ihr Pflegekunde Durchfall hat:

- Toilettengänge oder Lagerung zügig begleiten, immer mit Blick auf Hautschutz und Intimsphäre.
- Sanfte Reinigung (z. B. mit lauwarmem Wasser oder speziellen Pflögetüchern) und Hautschutzcremes verwenden, um Reizungen zu vermeiden.
- Wäsche und Bettwäsche sofort wechseln – diskret, ohne Hektik und mit ruhigen Worten.
- Beobachten Sie genau, wie oft Durchfall auftritt – und dokumentieren Sie es bei Bedarf, oder informieren Sie die zuständige Pflegefachkraft.



helfen Ihnen, schnell wieder auf die Beine zu kommen.“ Auch ein aufmunternder Blick, ein warmes Lächeln oder ein kurzes Gespräch über frühere Zeiten geben Halt. Zeigen Sie: „Ich bin da. Sie sind nicht allein.“ Gerade in schwierigen Momenten wie diesen zählt nicht nur, was Sie tun – sondern, wie Sie es tun. Ihre Ruhe, Ihr Verständnis und Ihre liebevolle Zuwendung machen für den Pflegekunden den Unterschied.