

<http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/38221/>

Medizin**Einfache Hygieneregeln schützen vor Grippe**

ddp

Paris – Schlichtes Händewaschen, das Tragen von Schutzmasken und die Isolation von Erkrankten bieten einen wirksamen Schutz gegen Grippe und andere ansteckende Krankheiten. Zu diesem Schluss kommt eine Studie, die am Mittwoch von der Fachzeitschrift „British Medical Journal“ (BMJ 2009;339:b3675) veröffentlicht wurde.

Forscher der Cochrane Collaboration in Rom werteten dafür 59 Untersuchungen zu einfachen Schutzmaßnahmen gegen Viruserkrankungen wie Erkältungen, Grippe und die Lungenkrankheit SARS aus. Infektionen mit dem Schweinegrippe-Erreger A (H1N1) wurden dabei nicht untersucht.

Das Ziel der Wissenschaftler um Tom Jefferson war herauszufinden, wie viele Menschen sich mit und ohne äußere Schutzmaßnahmen anstecken. Um Impfungen und die Behandlung mit antiviralen Medikamenten ging es in der Studie nicht.

In Krankenhäusern mindern demnach ganz allgemeine Hygieneregeln wie regelmäßiges Händewaschen und das Tragen von Masken, Handschuhen und Kitteln die Ansteckungsgefahr. Als besonders wirksam erwies sich nach Einschätzung der Ärzte eine Kombination aller Schutzmaßnahmen.

Zwei Studien kamen zudem zu dem Schluss, Erkrankte zum Schutz von Gesunden unter Quarantäne zu stellen. Auch zu Hause können einfache Hygienemaßnahmen den Erkenntnissen zufolge Ansteckungen verhindern – vor allem bei kleinen Kindern.

zum Thema

- [PDF der Studie](#)