



Illustration: M. Fickardt

Bakterienjagd mit Nebenwirkung

Freiburger Hygieneexperte Ernst Tabori warnt vor Desinfektionsmitteln im Haushalt



Im Haushalt wird gern mit Kanonen auf Spatzen geschossen.

Foto: imago/Schöning

NACHRICHTEN

Gesichtstransplantation bei Feuerwehrmann

New York. US-Mediziner haben nach eigenen Angaben die bislang umfassendste und komplexeste Gesichtstransplantation vollführt. Dem nach einem Löscheinsatz schwer entstellten Feuerwehrmann Patrick Hardison wurden ein neues Gesicht, Kopfhaut, Ohren, Gehörgänge und Teile der Knochen von Kinn, Wangen und Nase verpflanzt, wie die Klinik NYU Langone Medical Center in New York in dieser Woche berichtete. Der 41-Jährige erhielt zudem Augenlider und die zugehörigen Muskeln – zuvor hatte er seine Augen nie richtig schließen können. Der Feuerwehrmann aus dem Bundesstaat Mississippi hatte im Jahr 2001 schwerste Gesichtsbrennungen erlitten, als ein brennendes Hausdach über ihm eingestürzt war. Seither hatte er sich bereits mehr als 70 Operationen unterzogen. Die erste Gesichtstransplantation wurde im Jahr 2005 bei einer Französin vollführt, deren Gesicht von ihren Hunden zerfleischt worden war. *AFP/nd*

Schrittmacher führen Herzoperationen an

Berlin. 416 574 Operationen am Herzen wurden im Jahr 2014 in deutschen Krankenhäusern durchgeführt. 131 968 Mal implantierten Ärzte dabei einen Herzschrittmacher oder einen Defibrillator. An zweiter und dritter Stelle lagen mit 62 756 Eingriffen Operationen, in denen sie den Herzschrittmacher oder den Defibrillator entfernten, korrigierten oder wechselten. 79 428 Mal wurde ein Bypass gelegt. Im Durchschnitt waren die Herzpatienten 70 Jahre alt und mit 63,4 Prozent meistens männlich. *nd*

Studie sieht Senioren vor TV-Geräten gefährdet

Japanische Forscher berechneten, dass pro Tag mehr als fünf Stunden vor der Mattscheibe die Gefahr einer Lungenembolie vervielfacht, berichtet das Apothekenmagazin »Senioren Ratgeber«. Eine Lungenembolie kann tödlich sein. Der Gesundheitszustand älterer Menschen ist zudem generell umso schlechter, je höher ihr TV-Konsum ist, so das Ergebnis einer US-Studie. *nd*

Alkohol lockt weniger junge Thüringer

Erfurt. In Thüringen ist die Zahl der jungen Komatrinker leicht rückläufig. Im vergangenen Jahr kamen 417 Kinder und Jugendliche nach Alkoholexzessen ins Krankenhaus. Das waren 1,9 Prozent weniger als noch 2013, wie die Krankenkasse DAK-Gesundheit am Mittwoch unter Berufung auf bislang unveröffentlichte Zahlen des Statistischen Landesamtes berichtete. Von den Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 10 und 19 Jahren mit einer Alkoholvergiftung waren 261 Jungen und 156 Mädchen. Damit sei die Zahl der männlichen Komasauger binnen Jahresfrist um 6,1 Prozent gestiegen, wobei die Zahl der jungen Mädchen und Frauen um 12,8 Prozent sank. Nach wie vor gehörte für viele Jugendliche der Alkohol zum Feiern und Spaß haben dazu. Daher bleibe Alkoholprävention unverzichtbar. *dpa/nd*



Je weniger Bakterien, desto besser? So einfach ist es nicht. Viele Produkte, die angeblich antibakteriell wirken, sind nicht nur überflüssig, sondern manchmal sogar schädlich. Mit Ernst Tabori, ärztlicher Direktor des Deutschen Beratungszentrums für Hygiene in Freiburg, sprach **Angela Stoll**.
Foto: privat

Drogerie- und Supermärkte bieten von Müllbeuteln über Socken bis hin zu beschichteten Schneidbrettern zahlreiche antibakterielle Produkte an. Werden solche Dinge öfter verkauft als früher?

Meinem Eindruck nach schon. Berichte über sogenannte Hygienemängel, Unsachliches über Schweine- und Vogelgrippe, zuletzt auch über Ebola, haben viele Menschen verunsichert und Ängste geschürt. Die Werbung bedient sich dieser Ängste. Das führt dazu, dass viele Menschen meinen, desinfizierende Mittel kaufen und einsetzen zu müssen, obwohl sie im Haushalt überflüssig sind.

Welche Produkte halten Sie für besonders unsinnig?

Antibakterielle Müllbeutel sind Humbug. Der Hausmüll kommt zur Müllabfuhr und wird verbrannt, wozu will man ihn vorher noch desinfizieren? Auch antibakteriell beschichtete Textilien sind Unsinn. Sie vermitteln den Eindruck, man könne eine verschmutzte Unterhose über eine verlängerte Zeit tragen. Doch will man das? Benutzte Unterhosen und durchgeschwitzte Socken gehören in die Waschmaschine und nicht über-tüncht. Von eigener Wäsche geht für unsere Gesundheit kein reales Risiko aus. Ebenso unsinnig finde ich Desinfektionsstäbe, die man in den Kühlschrank hängt, um damit Lebensmittel länger frisch zu halten.

Warum?

Als Wirksubstanz ist der angeblich harmlose Stoff E 926 enthalten. Dahinter verbirgt sich Chlordioxid, ein stechend riechendes Biozid. Wenn man bedenkt, welch hitzige Debatte das »Chlorhuhn« vor einem Jahr ausgelöst hat, kann ich nur den Kopf schütteln, wenn solche Stäbe gekauft werden. Bedenklich wird es, wenn man dann noch dem Rat des Produktbeiblattes folgt und die Temperatur des Kühlschranks von 4 bis 7 Grad Celsius auf 7 bis 8 Grad Celsius hoch stellt.

Was wird noch falsch gemacht?

Manche Leute praktizieren eine paradoxe Form der Hygiene. Sie essen rohes Fleisch, füttern ihr Haustier am Esstisch und lassen sich von ihm abschlecken und gleichzeitig besprühen sie Toilette, Bad und Fußböden mit Desinfektionsmitteln. Dabei gehen von diesen Bereichen kaum Gefahren aus. Man muss sich immer fragen, wie ein Erreger an uns gelangt. Niemand wird auf die Idee kommen, in die Toilettenschüssel zu fassen oder den Fußboden abzuschlecken. Der Bereich, auf den es ankommt, ist der, wo Nahrungsmittel zubereitet werden und gegessen wird. Aufpassen muss man vor allem bei der Verarbeitung von Fleisch, Fisch und Eiern.

Also doch beschichtete Schneidbretter?

Nein, beschichtete Produkte sind ein Irrweg. Benutzte Messer und Bretter gehören in die Spülmaschine, egal ob beschichtet oder nicht. Nur durch adäquate Reinigung werden sie ausreichend sauber. Es ist ja nicht so, dass Bakterien beim ersten Kontakt mit der Beschichtung tot umfallen. Um wirken zu können, braucht es schon eine längere Einwirkzeit. Beschichtungen mit oligodynamischer Wirkung arbeiten meist langsamer als chemische Desinfektionsmittel. Im Haushalt haben beide keinen Sinn.

Wichtige Regeln im Haushalt

- Handhygiene ist der wichtigste Schutz vor Krankheiten, da die meisten Erreger über die Hände übertragen werden. Besonders wichtig ist das Händewaschen nach dem Toilettengang, vor der Zubereitung von Nahrung, vor dem Essen, nach dem Niesen, Husten oder Naseputzen und auch, wenn man nach Hause kommt.
- Bretter und Messer, die mit rohem Fleisch, Fisch oder Eiern in Berührung gekommen sind, müssen sorgfältig abgespült werden, am besten im Geschirrspüler. Sonst können Keime auf andere Lebensmittel über-

Woraus bestehen Beschichtungen?

Das ist unterschiedlich. Dem Kunststoff können Biozide oder Nano-Silber zugesetzt sein. Das Bundesinstitut für Risikobewertung erklärt, dass antibakterielle Beschichtungen keinen Nutzen zum Schutz vor Keimen bieten. Außerdem sind sie keinesfalls unbedenklich, wenn gelöste Nanopartikel über Nahrung und Atemluft in den Körper eindringen. Ich plädiere sehr stark dafür, mit dem Einsatz von Nanopartikeln vorsorglich zurückhaltend zu sein, da ihr Nutzen nicht belegt und gleichzeitig ihre Wirkung auf Körperzellen und Erbsubstanz nicht geklärt ist.

Auch antimikrobielle Putz- und Waschmittel sind im Angebot. Sind sie sinnvoll – etwa, wenn ein Familienmitglied den Norovirus hat?

Bei Noroviren ist die Prophylaxe entscheidend. Der Erkrankte sollte, wenn möglich, eine eigene Toilette benutzen. Auf jeden Fall muss er sich die Hände sorgfältig waschen und ein eigenes Handtuch benutzen. Seine Wäsche ist in der Maschine bei 60 Grad mit einem Vollwaschmittel zu waschen. Unter erschwerten Bedingungen, etwa bei engen Wohnverhältnissen oder in Gemeinschaftseinrichtungen, kann in der Akutphase zusätzlich ein Händedesinfektionsmittel auf Alkoholbasis nützlich sein.

Was sind die größten Gefahren von Flächendesinfektionsmitteln?

Flächendesinfektionsmittel können die Atemluft belasten, bei direktem Kontakt zu Hautirritationen führen und Allergien begünstigen. Ein weiteres großes Problem ist: Die Mittel landen im Abwasser und stören Mikroorganismen, die biologische Abbaubarkeit leisten. Desinfektionsmittel sind – wenn man so will – Gifte, die nicht zwischen bösen und guten Keimen unterscheiden. Manche

Wirkstoffverbindungen sind außerdem sehr stabil und können über Nahrung und Trinkwasser zum Menschen zurückkehren.

Tragen Desinfektionsmittel auch dazu bei, dass immer mehr Bakterien gegen Antibiotika resistent sind?

Das wird in der Tat untersucht. In einigen Fällen waren Resistenzentwicklungen gegen Desinfektionsmittel feststellbar. Bei manchen Substanzen konnte über eine Kreuzresistenz sogar eine Minderempfindlichkeit gegenüber bestimmten Antibiotika ausgelöst werden. Bei Benzalkoniumchlorid sowie Triclosan konnte man diesen Effekt bereits feststellen. Besorgniserregend ist, dass gerade Triclosan sehr vielen Haushaltsprodukten zugesetzt wird, von der Zahnpasta über Seifen, Teppichen und Textilien bis hin zu Kinderspielzeug. Das halte ich gleichermaßen für überflüssig wie riskant.

Sie raten grundsätzlich von Desinfektionsmitteln im Haushalt ab?

Ja. Der normale Haushalt braucht diese Produkte gewiss nicht.

Muss man noch putzen...?

Ja, auf jeden Fall – bis es glänzt und man sich wohl fühlt. Aggressive Reiniger braucht man dafür nicht. Mit einfachen, milden Seifen kann man Schmutz gut entfernen. Beim Putzen geht es um Reinigung, nicht um Bakterienbekämpfung. Zum Beispiel ist die Vorstellung, in Bettwäsche zu schlafen, die schon jemand benutzt hat, für die meisten von uns nicht angenehm. Riskant ist es aber in aller Regel nicht. Hygiene und Sauberkeit hängen zwar miteinander zusammen, synonym verwenden kann man sie jedoch nicht. Es ist ja auch nicht so, dass alles, was appetitlich aussieht, gleich jedem schmecken muss.

Die Schulter? Die Leber!

Hilfe durch Osteopathie

Von Irmtraud Gutschke

Letztlich ist es eine Frage des Weltbilds: mechanisch oder dialektisch. Obwohl Denken in Zusammenhängen eigentlich Normalität sein dürfte, zielt Medizin bislang häufig nur auf das Symptom. Freilich, wird ein Symptom erfolgreich behandelt, hat das auch Auswirkungen auf den ganzen Körper. Schulmedizin und Pharmazie leisten diesbezüglich beachtliches. Was allerdings unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten oft aus dem Blickfeld gerät, ist der Kontakt von Mensch zu Mensch. Dabei ist Heilen Hilfe durch einen anderen Menschen, der Kompetenz und Güte in sich vereint, der den Kranken begleitet und stützt. Wer heilt, darf sich als Wohltäter verstehen, der von seiner Lebensenergie etwas abgibt an denjenigen, dem es im Moment an Kräften mangelt. Es ist bekannt: Die Kassen gewähren Ärzten zu wenig Zeit für das Gespräch. Und Massagen, heißt es, würden oft keine langfristige Wirkung bringen. Lieber sollen Patienten aktiv werden, was ja eine berechnete Forderung ist. Dennoch: Turnen kann Berührung nicht ersetzen.

»Therapeutic Touch« – aus eigener Erfahrung ist Vera Bartholomay überzeugt, dass schon durch sanfte Berührungen mit der Hand bei Patienten Beschwerden gelindert, Heilkräfte aktiviert werden. Die Ausschüttung des Hormons Oxytocin wirkt beruhigend, reduziert Ängste, löst Verspannungen, stärkt das Immunsystem. Natürlich wirkt solche Zuwendung durch einen geschulten Therapeuten stärker, aber im Buch werden auch Anleitungen gegeben, wie selbst Laien versuchen können, mit ihren Möglichkeiten bei Beschwerden – zum Beispiel ihren Kindern – zu helfen.

Hingegen beschreibt der der Osteopath Peter Schwind die Hohe Schule seines Metiers. Er hat sich bei dem französischen Osteopathen Jean-Pierre Barral ausbilden lassen und selbst miterlebt, wie dieser einem Freund half, der einen Schlaganfall erlitten hatte. Dabei handelt es sich hier

Kunst der Zuwendung: Heilen ist Geben

nicht um etwas Mystisches, sondern es ist eine Kunst, die auf genauestem Wissen beruht, nicht nur was Muskeln und Gelenke, sondern auch deren Wechselbeziehungen mit inneren Organen und dem sie umgebenden Bindegewebe betrifft. So kann es eben durchaus sein, dass eine steife Schulter mit Problemen der Leber zusammenhängt, die dem Patienten gar nicht bewusst gewesen sind. Rückenschmerzen können daher kommen, dass eine Niere »fest sitzt«. Durch das Netzwerk der Faszien, die Weichteil-Komponenten des Bindegewebes, werden Verspannungen innerhalb des Körpers übertragen. Also ist es auch möglich und oft sogar ratsam, Beschwerdenzone indirekt zu beeinflussen – und das nicht durch Krafteinwirkung wie bei einer Massage, sondern durch ein Hineinspüren und sanftes Bewegen der Hände zum Beispiel an Kopf und Hals.

Seit 2012 übernehmen viele Krankenkassen zumindest teilweise die Kosten für osteopathische Behandlung. Wer Beschwerden hat, sollte zumindest versuchen, sich auf diese Weise helfen zu lassen, statt sich, oft schon gewohnheitsmäßig, Schmerzmittel »einzuworfen«.

Vera Bartholomay: Heilsame Berührung. Therapeutic Touch. Integral. 288 S., br., 16,99 €.
Peter Schwind: Das Croissant im Gehirn. Die ungewöhnliche Osteopathie des Jean-Pierre Barral. Irisiana. 223 S., geb., 19,99 €.