

Sie haben es in der Hand!

Dajana hat letztes Jahr ihre PTA-Prüfung abgelegt. Diana ist schon seit einigen Jahren im Beruf. Bei kniffligen Fragen in der Beratung besprechen sich die beiden gerne. Dieses Mal geht es um **Hände- und Flächendesinfektion auf Reisen**.



© Apotheke zum Löwen, Offenbach

Diana Walther
Apotheke zum Löwen Offenbach

Dajana: Du Diana, eben habe ich ein interessantes Kundengespräch geführt. Es ging um eine Reiseberatung für das Reiseziel Indien.

Diana: Oh Indien! Da muss man sicher an einiges denken. Hast du eine Reiseapotheke zusammengestellt?

Ja, klar. Wir sind aber auch die notwendigen Impfungen zusammen durchgegangen. Bei der Reiseapotheke habe ich mich an

unsere Liste gehalten, die wir mal im Teammeeting aufgestellt haben. Neben den üblichen Dingen, wie Mittel gegen Durchfall, Reiseübelkeit, Schmerzen, Sonnen- und Insektenschutz sowie Verbandmaterialien und Wunddesinfektion habe ich mich mit dem Kunden lange darüber unterhalten, ob auch ein Hände- und ein Flächendesinfektionsmittel in die Reiseapotheke gehören. Aber sicher! Fremdes Land – fremde Keime!

Das habe ich dem Kunden auch erklärt. Er hatte das gar nicht auf dem Schirm und meinte, das wäre doch wohl etwas übertrieben. Er würde sich doch hier auch nicht die Hände desinfizieren. Waschen reicht doch. Na ja, ob man zuhause ist oder in einem fremden Land, das macht schon einen Unterschied. Was hast du ihm gesagt? Konntest du ihn überzeugen?

Ich habe ihm erklärt, dass er in fremden Ländern mit Krankheitserregern rechnen muss, mit denen sein Immunsystem noch nie in

Kontakt gekommen ist. Gerade wenn die hygienischen Bedingungen nicht so gut sind, ist die Gefahr groß sich zu infizieren und krank zu werden. Das Immunsystem ist darauf nicht vorbereitet und kann nicht so schnell reagieren wie bei bereits bekannten Krankheitserregern.

Genau! Es konnte sich kein Immungedächtnis gegen diese Keime ausbilden. Ich habe gelesen, dass 20 bis 50 Prozent der Reisenden aus Industrienationen bei Reisen in Entwicklungsländer an Reisedurchfall erkranken. Es muss aber nicht mal Afrika oder Asien sein, auch bei Reisen nach Südeuropa kommen Durchfallerkrankungen, aber auch grippale Infekte häufiger vor.

Die Zahlen hatte ich leider nicht zur Hand. Aber ich konnte ihm klarmachen, dass Händewaschen alleine nicht ausreicht. Noch dazu hat man ja gar nicht überall die Möglichkeit dazu. Dort, wo viele Menschen zusammenkommen, tummeln sich jede Menge Bakterien, Viren und Pilze, die quasi nur darauf warten, einen neuen



© Apotheke zum Löwen, Offenbach

Dajana Hamilton
Apotheke zum Löwen Offenbach

Wirt zu befallen. Und wenn darunter viele für das Immunsystem unbekannte Keime sind, ist das Risiko, krank zu werden, einfach wesentlich größer als bei uns in der gewohnten Umgebung. Wer will sich im Urlaub schon mit Bauchschmerzen, Kreislaufproblemen und Durchfall rumquälen? Dann doch lieber vorbeugen.

Hast du ihm auch gesagt, dass es meist die Hände sind, über die Krankheitserreger übertra-

gen werden? Nämlich in 80 Prozent der Fälle.

Ja, das ist ja auch völlig logisch. Dazu ist nicht mal ein direkter Kontakt von Hand zu Hand notwendig. Die Keime gelangen ja auch auf Haltegriffe in öffentlichen Verkehrsmitteln, auf Türklinken, Treppenge-

nen Tag, an dem ich nur in der Rezeptur bin. Da muss ich mir immer wieder die Hände desinfizieren. Anfangs hatte ich Angst, dass meine Haut austrocknet. Sterillium Protect & Care schützt, greift die Haut aber nicht an. Protect & Care ist eine gute Bezeichnung.

Über die Hände werden die meisten Keime weitergegeben. Das ist klar. Ich versuche, nicht mit den Händen ins Gesicht zu fassen und schon gar nicht Mund, Nase und Augen zu berühren. Also die Bereiche nahe den Schleimhäuten. Aber ich ertappe mich doch immer wieder, dass ich die

gespreizten Finger von allen Seiten inklusive Daumen. Und zuletzt die Fingerkuppen in der Handfläche der jeweils anderen Hand reiben, damit man auch unter die Fingernägel kommt. Das Ganze sollte mindestens eine halbe Minute in Anspruch nehmen.

Ob am Haltegriff in öffentlichen Verkehrsmitteln oder an der Türklinke des Hotelzimmers – egal, wohin die Reise geht, die Keime sind schon da. Fern von zuhause stellen sie für unser Immunsystem eine besondere Herausforderung dar.

länder, Lichtschalter, Einkaufswagen, Tastaturen von Geldautomaten und eben überall dorthin, wo viele Menschen hingreifen. Das war ihm sofort verständlich.

Was hast du ihm dann empfohlen? Ich hätte ihm das Desinfektionsgel von Sterillium Protect & Care gegeben.

Ich hatte sogar eine noch bessere Empfehlung: Das Sterillium Protect & Care Reise-Set. Das praktische Täschchen enthält 100 ml des Desinfektionsgels für die Hände, 10 Desinfektionstücher, ebenfalls für die Hände, sowie 50 ml des Flächendesinfektions-sprays. Damit ist man gut ausgerüstet.

Ja, perfekt! Die Marke hat langjährige Erfahrung mit der Desinfektion in Kliniken. Ich finde es gut, dass es da jetzt auch was für zuhause und unterwegs gibt.

Wir benutzen das Gel übrigens auch in der Rezeptur. Ich habe ja jede Woche ei-

Trotz der guten Hautverträglichkeit ist es sehr wirksam. 99,99 Prozent der Bakterien, Pilze und Viren werden entfernt. Darunter auch unbehüllte Viren, wie Noro-, Rota- und Enteroviren, die schwer zu inaktivieren sind. Und gerade die sind für die meisten Durchfallerkrankungen verantwortlich.

Ja, von Noroviren hört man ja immer wieder aus Altenheimen, Krankenhäusern und Gemeinschaftseinrichtungen. Würdest du dir hier bei uns eigentlich auch die Hände desinfizieren oder nur im Urlaub in fremden Ländern?

Hier normalerweise nicht. Mein Immunsystem ist ja intakt. Man muss es ja nicht übertreiben. Aber wenn ich mit Menschen zu tun hätte, die ein schwaches Immunsystem haben, würde ich mir vorher schon die Hände desinfizieren. Und in der Grippezeit macht es auch Sinn. Gerade hier in der Apotheke. Man weiß ja nie, welche Erreger an den Rezepten hängen.

Hände ins Gesicht nehme. Deswegen nehme ich auch auf kleinere Reisen gerne das Händedesinfektionsgel mit. Das gibt es auch in der 35 ml-Flasche. Die darf sogar bei Flugreisen ins Handgepäck. Aber die Flächendesinfektion ist auch wichtig. Damit kann man Tische, Touchscreens und so weiter desinfizieren, ohne dass die Oberflächen angegriffen werden.

Praktisch, dass das alles im Reise-Set enthalten ist. Und mit den Tüchern kann man sich auch mal schnell die Hände desinfizieren. Hast du dem Kunden eigentlich auch erklärt, wie man das Gel korrekt anwendet?

Ja, das habe ich. Viele geben ja nur ein paar Tropfen in die Hände und verreiben sie auf den Handinnenflächen. Aber das ist nicht genug. Danach soll man mit der rechten Handfläche über den linken Handrücken reiben und umgekehrt. Dann auch die

Wichtig ist auch dazuzusagen, dass das Gel auf der trockenen Haut angewendet wird und keinesfalls mit Wasser verdünnt werden darf.

Hab ich ihm auch gesagt. Und dass es bei den Tüchern ebenfalls wichtig ist, dass man Handrücken, Handinnenflächen und die einzelnen Finger abreibt. Man will ja alle Stellen erreichen. Ach ja, und natürlich die allgemeinen Verhaltensregeln, wie: nur Wasser aus verschlossenen Flaschen trinken, auf Eiswürfel verzichten und kein ungekochtes oder ungebratenes Essen oder ungeschältes Obst essen. Du weißt schon: Boil it, peel it or forget it!

Sehr gut! Dann bleibt dein Kunde hoffentlich von Durchfall und anderen Erkrankungen verschont und erlebt einen schönen, entspannten Urlaub. ■

*Den Dialog begleitete
Sabine Breuer*