ZEIT ONLINE

Coronavirus

Ich glaub, mein Handy keimt

Augenreiben, Nasejucken, Smartphonegrabbeln: In Zeiten von Sars-CoV-2 hilft es, sich so etwas abzugewöhnen. Leichter gesagt als getan. Vor allem auch die Handy-Hygiene

Von **Eike Kühl**

5. März 2020, 8:14 Uhr / 16 Kommentare

Mundschutz hilft wenig gegen das Coronavirus, Hygiene schon.
© Berouhz Mehri/AFP/Getty Images

Kennen Sie Golgafrincham? Die Elite dieses fiktiven Planeten in *Per Anhalter durch die Galaxis* wollte sich eines vermeintlich überflüssigen Teils der Bevölkerung entledigen und schoss die Mitbürger unter einem Vorwand ins Weltall. Darunter waren allerdings auch die Telefondesinfizierer und so kam es, wie es kommen musste: Die verbliebenen Bewohner starben aus, weil sie sich eine tödliche Seuche über ein nicht desinfiziertes Telefon einfingen. Tja, nun.

Zurück zur Realität auf dem Planeten Erde: Das neue Coronavirus Sars-CoV-2 breitet sich weltweit aus und der beste Tipp, den die Menschen nach Sicht von Experten befolgen können, ist Abstand zu kranken Menschen halten und ein so regelmäßiges wie intensives Händewaschen. Die Erreger breiten sich zwar vor allem über Tröpfcheninfektion aus, aber auch eine Schmierinfektion über Oberflächen ist denkbar. Und was fassen wir unzählige Male am Tag an? Genau, unser Smartphone. Auch wenn der Tod der Menschheit deshalb noch lange nicht bevorsteht: Golgafrincham lässt grüßen.

Tatsächlich spielen Smartphones in den meisten Tipps zum Schutz vor einer Ansteckung mit dem Coronavirus

[https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2020-02/coronavirus-sars-cov-2-risiko-symptome-schutz-rechte-faq#wie-schuetze-ich-mich-vor-einer-ansteckung] kaum eine Rolle. Dabei könnte es durchaus sinnvoll sein, die Geräte regelmäßig zu säubern und zu desinfizieren. Schon deshalb, weil wir nicht nur das Smartphone ziemlich oft anfassen, sondern auch unser Gesicht, mögliche Erreger also schnell vom einen aufs andere wandern können.

Verhaltensregeln

Wie kann man eine Infektion vermeiden?

Hände waschen

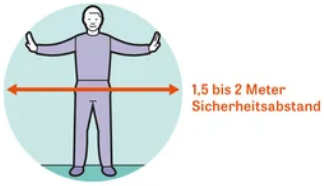
Waschen Sie Ihre Hände **regelmäßig und gründlich mit Seife** und trocknen Sie sie mit einem sauberen Tuch ab. Berühren Sie mit ungewaschenen Händen keine Lebensmittel und auch nicht Mund, Nase oder Augen. Wenn Sie ein **Desinfektionsmittel** verwenden, achten Sie darauf, dass es **als viruzid gekennzeichnet** ist – also gegen Viren wirkt.

Richtig husten und niesen

Das neue Coronavirus wird vor allem durch Tröpfcheninfektion übertragen. Um andere zu schützen, **Abstand halten** und besser **in die Ellenbeuge – und nicht die Hand – niesen**. Benutzte Papiertaschentücher sollten sofort und sicher in einem verschließbaren Mülleimer landen.

Aufpassen beim Anfassen

Viren können an **Oberflächen** haften, die von vielen Menschen angefasst werden. Zur Sicherheit kann der Fahrstuhlknopf mit einem Stift gedrückt und Türklinken mit dem Ellenbogen betätigt werden. Eine Alternative ist auch: **Handschuhe** tragen. Ist der Hautkontakt unvermeidbar, empfiehlt es sich, die Hände direkt zu waschen oder zu desinfizieren.



Auf Abstand gehen

Auch Infizierte, die sich noch gesund fühlen, können ansteckend sein. Deshalb heißt es: Abstand halten, etwas **mehr als ein Meter** genügt.

Weniger Körperkontakt

Auf **Händeschütteln** oder **Umarmungen** zur Begrüßung besser **verzichten**.

Coronaviren können sich über Oberflächen verbreiten

Eine häufig zitierte Untersuchung der US-Plattform dscout fand 2016 heraus [https://blog.dscout.com/mobile-touches], dass Menschen durchschnittlich etwa 2.600-mal am Tag den Bildschirm ihres Smartphones berühren. Eine

Umfrage des Beratungsunternehmens Deloitte [https://variety.com/2018/digital/news/smartphone-addiction-study-check-phones-52-times-daily-1203028454/] ergab 2018, dass US-Bürgerinnen und Bürger ihr Handy jeden Tag etwa 52-mal in die Hand nehmen. Und eine Umfrage des Gesundheitsunternehmens Vital Vio [https://vitalvio.com/wp-content/uploads/2019/11/The-Dirty-Truth-Survey-Report-1.pdf] kam vergangenes Jahr zu dem Ergebnis, dass 88 Prozent der Befragten ihr Smartphone schon einmal sowohl auf der Toilette als auch in öffentlichen Verkehrsmitteln genutzt haben.

So ist es nicht verwunderlich, dass Smartphones ein ziemlich guter Träger für Viren und Bakterien sind. Eine im Februar veröffentlichte Studie (*Journal of Hospital Infection: [https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195670119303913]*Simmon et al., 2020 [https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195670119303913]) fand heraus, dass vor allem die Geräte von Krankenhausmitarbeitern teilweise multiresistente Keime enthielten. Aber auch die Smartphones der Kontrollgruppe waren alles andere als sauber: Von Streptokokken über MRSA hin zu E. coli konnten diverse Erreger festgestellt werden. Ein Befund, den auch schon frühere Studien bestätigten (*Germs: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5466825/#b13]*Kõljalg et al., 2017 [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5466825/#b13]). Allerdings: Viele der entdeckten Keime begegnen uns ohnehin im Alltag, Smartphone hin oder her.

Sars-CoV-2 dagegen ist in unserem Alltag nicht allgegenwärtig, noch nicht jedenfalls. Aber auch es könnte theoretisch über Smartphones übertragen werden. Das Bundesamt für Risikobewertung schreibt zwar [https://www.bfr.bund.de/de/kann_das_neuartige_coronavirus_ueber_lebensmittel_und_spielzeug_uebertragen_werden_-244062.html], dass es bislang keine Fälle gebe, bei denen eine Übertragung über unbelebte Flächen nachgewiesen wurde. Ganz einfach, weil die Viren auf trockenen Oberflächen generell nicht sehr lange überleben können. Völlig ausgeschlossen ist eine Schmierinfektion deshalb aber nicht. Vor allem dann nicht, wenn der Zeitraum zwischen dem Kontakt mit einem kontaminierten Objekt und den Schleimhäuten sehr kurz ist.

"Wir wissen, dass Coronaviren auf unbelebten Flächen über mehrere Tage nachgewiesen werden können", sagte der Hygiene- und Umweltmediziner Günter Kampf im Gespräch mit dem Deutschlandfunk [https://srv.deutschlandradio.de/dlf-audiothek-audio-teilen.3265.de.html?mdm:audio_id=813645]. Für eine aktuelle Übersichtsstudie (*Journal of Hospital Infection: [https://www.journalofhospitalinfection.com/article/S0195-6701(20)30046-3/fulltext#back-bib1]*Kampf et al., 2020

THEMA

Coronavirus Sars-CoV-2

Die wichtigsten Antworten zum Corona-Ausbruch

[https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2020-02/coronavirus-sars-cov-2-risiko-symptome-schutz-rechte-faq]

Covid-19

Was uns die Genesenen verraten

[https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2020-03/covid-19-coronavirus-infektionen-genesung-heilung-ansteckung]

Infektionsschutz

Alle Coronavirus-Tipps zum Ausdrucken

[https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2020-03/coronavirus-infektionsschutz-hygiene-symptome-tipps-infografiken]

Weitere Beiträge → [https://www.zeit.de/coronavirus]

[https://www.journalofhospitalinfection.com/article/S0195-6701(20)30046-3/fulltext#back-bib1]) hat er Oberflächentests des eng verwandten Sars-Virus verglichen. Das Ergebnis: Sars konnte auf Glas bis zu vier Tage lang nachgewiesen werden. Er geht davon aus, dass dies bei Sars-CoV-2 ähnlich ist. Im Laufe der Zeit nehme die Zahl der Viren allerdings immer weiter ab, sagt Kampf. Trotzdem sei eine Übertragung von der Oberfläche über die Hand zu Schleimhäuten denkbar.

NÄCHSTE SEITE › [https://www.zeit.de/digital/mobil/2020-03/coronavirus-hygiene-keime-viren-desinfektion-schutz/seite-2]

Artikel auf einer Seite lesen [https://www.zeit.de/digital/mobil/2020-03/coronavirus-hygiene-keime-viren-desinfektion-schutz/komplettansicht]