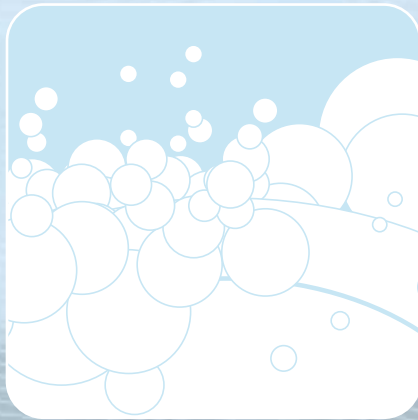
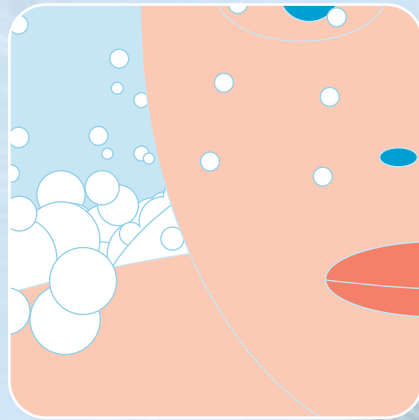


fit fun



gesund

Hygiene rund ums Baden



Information

im Auftrag des Sozialministeriums
Baden-Württemberg



Hygiene im Schwimmbad erhöht den Badespaß

In Schwimmbädern halten sich Menschen mehr oder weniger dicht gedrängt in einer warmen und feuchten Umgebung auf, wo sich Keime, die von Haut- und Schleimhaut abgewaschen werden, weiter verbreiten können. Grundsätzlich kann die Übertragung von Krankheitserregern über das Wasser selbst, über den nassen Boden, über Sitzgelegenheiten oder gemeinsam benutzte Handtücher erfolgen.

In Badewasser selbst ist die Übertragung von Infektionen wegen der Wasseraufbereitung und Desinfektion jedoch gering und nur bei nicht korrekter Aufbereitung von Bedeutung.

Da eine Reinigung und Desinfektion der Schwimmbeckenumgebung nicht kontinuierlich stattfinden kann, ist dort das Infektionsrisiko höher. Infektionen sind an Augen, Ohren, Haut und Füßen möglich. Auch die Rötung der Augen, meist als Folge einer Reizung durch Nebenprodukte der Chlorung bei fehler- oder mangelhafter Aufbereitung oder bei empfindlichen Personen, kommen immer wieder vor.

Infektionsrisiken lassen sich verringern

Vor allem zwei Infektionen spielen eine Rolle:

• Fußpilz

Hautpilze mögen es besonders feucht und warm. Wenn bestimmte Hautpilze Haut und Nägel befallen, kann sich eine Fußpilzinfektion einnisten. Die Übertragung erfolgt über nasse Oberflächen (z.B. von Fußböden und Sitzflächen) oder durch das gemeinsame Benutzen von Hand- oder Badetüchern, auf denen sich abgeschilferte Hautschuppen (auch von Fußpilzinfizierten) befinden. Begünstigt wird das Anhaften der Erreger durch die vom Baden aufgeweichte Haut. Rötung, Schuppung, ständiger Juckreiz, Hautaufweichung zwischen

Baden und Schwimmen erhalten die Gesundheit, machen Spaß und entspannen. Schwimmbäder werden jedoch auch mit Infektionsrisiken in Verbindung gebracht. Dabei ist zu unterscheiden zwischen

- Schwimmbeckenwasser und
- Beckenumgebung.

Für das Schwimmbeckenwasser bestehen „anerkannte Regeln der Technik“ (DIN 19643), die der Betreiber zur Verringerung von Infektionsrisiken zu erfüllen hat.

Außerhalb des Badebeckens fehlen gesetzliche Regelungen und Vorschriften. Hygiene und mögliche Infektionsrisiken hängen hier entscheidend ab von den Maßnahmen des Schwimmbadbetreibers und dem Verhalten der Besucher.

Quiz: Hygiene rund ums Baden

In welchem Bereich ist die Infektionsgefahr am größten?

- Liegewiese
- Schwimmbeckenwasser
- Beckenumgebung

Auf welchen Wegen können Fußpilz-Erreger übertragen werden?

- Über die Luft
- Beim Schwimmen
- Vom Fußboden in der Duschkabine

Welches Körperteil sollte zum Schutz vor Fußpilzen besonders gut abgetrocknet werden?

- Fußsohle
- Zwischenzehenräume
- Hände

den Zehen und Bläschenbildung, später auch trübe, verfärbte, bröckelige Zehennägel sind die Folgen.

Bei Auftreten dieser Symptome sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden. Eine konsequente Behandlung verhindert eine chronische Infektion und den Befall auch anderer Körperstellen.

• Warzen

Im Badebereich können darüber hinaus Warzen über nasse Oberflächen oder durch das gemeinsame Benutzen von Handtüchern verbreitet werden. Auch durch direkten Kontakt von Person zu Person ist eine Übertragung möglich.

Die Erreger sind Viren. Bei Kleinstverletzungen, wie z.B. Hautrissen durch Kratzen, breiten sie sich auf der Haut aus, so dass eine neue „Warzenaussaat“ entsteht. Die Warzenbildung an den Fußsohlen tritt oft erst Monate nach einem infektiösen Kontakt auf. Sohlenwarzen können auch wie ein Dorn in die Tiefe wachsen, wodurch sie dann beim Gehen beträchtliche Schmerzen verursachen. In jedem Fall empfiehlt sich eine ärztliche Behandlung, da die Warzen ansonsten monate- bis jahrelang verbleiben können. Über das Badebeckenwasser erfolgt keine Infektion.

Kein Infektionsrisiko besteht in der Regel durch HIV, Erreger der Gonorrhoe („Tripper“) oder Trichomonaden. Obwohl bei einer Erkrankung hier oft die Übertragung im Schwimmbad als Ursache vermutet wird, werden diese Infektionen nur durch sexuellen Kontakt übertragen.

So können Sie als Badegast aktiv zur besseren Hygiene beitragen

Schon einfache Hygienemaßnahmen verringern die Infektionsrisiken im Schwimmbad.

- Vor dem Baden gut abduschen - so wird der Eintrag von Keimen, Schweiß, Hautpartikeln und Haaren in das Beckenwasser und die Beckenumgebung erheblich vermindert.
- Sitzgelegenheiten (z.B. Plastikstühle, Wärmebänke) nur mit untergelegtem Handtuch benutzen
- Im Barfußbereich Badeschuhe tragen
- Nach dem Baden die Füße gut abtrocknen, besonders die Zehenzwischenräume
- Handtücher nicht gemeinsam benutzen

Fußsprühanlagen in Bädern dienen nur zur Vorbeugung und sind wegen oft falscher Anwendung umstritten. Sie enthalten antiseptische, pilzabtötende Wirkstoffe. Die richtige Anwendung erfolgt nach dem Baden und bei gut abgetrockneten Füßen und Zehenzwischenräumen. Das Desinfektionsmittel sollte mindestens 30 Sekunden einwirken. Grundsätzlich empfiehlt sich die Anwendung nur bei Beendigung des Badebesuchs.

Weshalb soll man immer vor dem Baden duschen?

Damit man keinen „Kälteschock“ bekommt

Weil sich immer Hautpartikel und Haare

auf der Hautoberfläche befinden

Um die Badekleidung anzufeuchten

Name

Straße

PLZ

Ort

So vermeiden Sie die Übertragung einer bestehenden Infektion auf andere Badegäste

- Die Grundregel, Badetücher nicht gemeinsam zu benutzen, gilt hier besonders. Auch andere (Schmier-) Infektionen wie z.B. Herpes sind dadurch vermeidbar.
- Bei akuten Infektionskrankheiten (z.B. unbehandelten Fußpilz-, Haut- und Genitalinfektionen oder offenen Wunden) auf's Baden verzichten.
- Stechwarzen mit großflächigem, dicht haftendem und wasserfestem Pflaster abdecken, damit sie keine infektiösen Hautschuppen streuen. Werden Warzen behandelt, kann - auch am eigenen Körper - keine Warzenausbreitung mehr stattfinden.

Auch der Schwimmbadbetreiber leistet seinen Beitrag zu mehr Hygiene

- Der Badbetreiber stellt sicher, dass das Badebeckenwasser entsprechend den DIN-Regeln kontinuierlich aufbereitet und desinfiziert wird.
- In der Umgebung des Schwimmbekens werden routinemäßig desinfizierende Reinigungen der Flächen mit zugelassenen Mitteln durchgeführt. Die Wirksamkeit dieser Maßnahmen wird (auch durch Laboruntersuchungen) in regelmäßigen Abständen überprüft.

Haben Sie noch weitere Fragen ...

- ... zur Wasseraufbereitung und zu den anderen Hygienemaßnahmen im Schwimmbad? Bitte wenden Sie sich an den Schwimmbadbetreiber.
- ... rund ums Baden. Hier hilft Ihnen gerne auch Ihr Gesundheitsamt weiter.

Eine Information des Gesundheitsamtes



Landesgesundheitsamt
Baden-Württemberg

Wiederholdstr. 15, 70174 Stuttgart
Tel. 0711/1849-247 Fax 0711/1849-242

E-Mail: poststelle@lga.bwl.de
www.landesgesundheitsamt.de
www.gesundheitsamt-bw.de

Wie kann man die Infektionsübertragung durch Sitzgelegenheiten in Bädern verhindern?

- Durch Unterlegen eines Handtuchs
- Durch Tragen von Badekleidung
- Durch Abwischen mit der Hand