



## Treffen unter CF-Betroffenen

Im folgenden Merkblatt werden einige Punkte beschrieben, die CF-Betroffene beachten müssen beim Besuch von öffentlichen Veranstaltungen oder Veranstaltungen für CF-Betroffene untereinander.

### Grundsatz

- Von Burkholderia Cepacia oder MRSA betroffene Personen dürfen an solchen Treffen nicht teilnehmen.
- Lungentransplantierte CF-Betroffene mit MRSA, BCC und respiratorischen Viren (im Rachenabstrich) und Hinweise auf einen aktuellen bakteriellen respiratorischen Infekt sind bei Treffen ausgeschlossen.
- Beim Husten und Niesen ist ein Taschentuch oder den Ellenbogen vor Mund bzw. Nase zu halten.

### Persönliches Verhalten

- Sich der Mitverantwortung für andere CF-Betroffene bewusst sein.
- Meiden des Aufenthaltes vieler CF-Betroffener in engen Räumen.
- Intimitäten vermeiden! (Gefahr von Pseudomonas-Kreuzinfektion)
- Notfallmedikamente wie Bronchodilatoren (Ventolin / Oxis / Bricanyl), Zucker für Diabetiker sind immer in Griffweite mitzuführen.

### Händedesinfektion ( in der Regel „Sterilium“)

- Das Desinfektionsfläschchen ist immer mitzuführen und zu benutzen.
- Benutzung:
  - Vor / während / nach Mahlzeiten
  - Vor und nach dem Umgang mit Nahrungsmitteln
  - Vor / während / nach dem Sport
  - Nach dem Gang zur Toilette
  - Nach dem Naseputzen / Husten
  - Nach dem Umgang mit schmutzigen Gegenständen
  - Nach dem Berühren eines Tieres
  - Vor und nach der Benutzung eines Aerosol-Verneblers

### Dusche / Toilette

- Bei Übernachtungen: Die Duschen/Toiletten in den eigenen Räumen sind zu benutzen.
- Vor Benutzung das Wasser aus dem Wasserhahn und der Dusche einen Augenblick lang laufen lassen, um stehendes Wasser zu beseitigen, das seit mehreren Stunden (>8 Stunden) in den Rohren war und kontaminiert sein könnte.
- Der WC-Deckel muss vor dem Spülen geschlossen werden (Aerosolgefahr).

### **Verpflegung**

- Nur das eigene Geschirr bzw. Tassen/Gläser benutzen.
- Auf ausreichenden Abstand beim gemeinsamen Essen achten.
- Beim Nachschöpfen neue/-s Geschirr bzw. Tassen/Gläser benutzen (Verwechslungsgefahr).
- Eigene Getränke nie unbeaufsichtigt stehen lassen (Verwechslungsgefahr).
- Verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol.

### **Sport**

- Geeignete Kleidung mit sich führen (Wind/Regen/...).
- Genug trinken und Getränke immer in Griffweite bei sich haben (Salzverlust).

Weitere Hygienemassnahmen unter:

<http://www.cfch.ch/cystische-fibrose/leben-mit-cf/hygienemassnahmen-im-alltag/>

Bern, 8. Februar 2017