

Bazillenschleuder Smartphone

IKK Südwest rät zur Hand- und Handyhygiene

Beim Essen, im Auto oder im Bad, das Smartphone ist zum ständigen Begleiter geworden. An die Reinigung denken jedoch die Wenigsten. So wird das Handy dann schnell zur Brutstätte für Bakterien und Viren. Wie man sich besonders in der Erkältungszeit vor Krankheitserregern schützen kann, erklärt die IKK Südwest.

Ungefähr 2.500mal tippt der durchschnittliche Nutzer pro Tag auf sein Smartphone. Dazwischen wird die Nase geputzt, der Knopf am Parkautomaten gedrückt oder Türgriffe und Münzgeld werden angefasst. So landen jede Menge Bakterien und Viren auf dem Handy-Display. Das ist nicht nur ziemlich ekelig, sondern kann auch schädlich sein. Gesunden Menschen bereiten die Keime normalerweise keine Probleme. Anders sieht das bei Menschen mit schwachem Immunsystem aus. Für sie besteht erhöhte Infektionsgefahr.

Insbesondere in der Erkältungs- und Grippezeit kann das Handy zum Ansteckungsherd werden. Dann gilt: nicht nur Hand-, auch Handyhygiene ist wichtig! Nutzer sollten ihr Gerät regelmäßig von Bakterien und Viren befreien. Geeignet sind spezielle Hygienesprays mit keimabtötender Wirkung, aber auch Reinigungstücher für Monitore und andere elektrische Geräte. Zur Not tut es auch ein Brillenputztuch aus Mikrofaser, das zumindest einen Teil der Erreger entfernt.

Wichtigster Schutz vor Keimen ist und bleibt aber das richtige und regelmäßige Händewaschen: Die Hände anfeuchten, 20 bis 30 Sekunden lang sorgfältig einseifen – auch zwischen den Fingern –, gründlich abspülen und abtrocknen. Auf diese Weise bleibt auch das Smartphone weitestgehend sauber und keimfrei – und die Grippe hoffentlich fern.

Impfung gegen Influenza

Wer auf umfassenden Schutz vor Grippeerregern setzt, ist bei der IKK Südwest richtig: Die IKK Südwest übernimmt die Kosten der Impfung gegen die Virusgrippe (Influenza) auch für Nicht-Risikopatienten in voller Höhe. Weitere Informationen zu diesem Thema sind unter www.ikk-suedwest.de/impfungen erhältlich.

Die IKK Südwest

Aktuell betreut die IKK mehr als 640.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 20 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die kostenfreie IKK Service-Hotline 0800/0 119 119 oder www.ikk-suedwest.de zu erreichen.