

„Infektionen? Nein, danke!“ Ratgeber mit Tipps bei geschwächtem Immunsystem aktualisiert

Bonn, Menschen, die durch eine chronische Erkrankung oder bestimmte Therapien ein geschwächtes Abwehrsystem haben, brauchen einen erhöhten Infektionsschutz. Das gilt auch im häuslichen Umfeld: Welche Infektionsrisiken birgt der Alltag zuhause? Wie können sich Betroffene schützen? Antworten und eine Fülle praktischer Hinweise gibt die [Broschüre](#) „Infektionen? Nein, danke!“. Sie ist jetzt in einer überarbeiteten Neuauflage bei der Deutschen Leukämie- & Lymphom-Hilfe (DLH e.V.) kostenfrei erhältlich.

Infektionen, die bei Menschen mit intaktem Immunsystem harmlos verlaufen oder gar nicht ausbrechen, können für bestimmte Personengruppen lebensbedrohlich sein. Das betrifft zum Beispiel Blutkrebspatienten, die sich einer intensiven Behandlung unterziehen oder vor kurzem eine Stammzelltransplantation erhalten haben. Sie finden im Ratgeber „Infektionen? Nein, danke!“ einen praktischen Begleiter zum Nachschlagen in Alltagssituationen.

Die Autoren führen die wesentlichen Krankheitserreger auf, die uns im Alltag begegnen können und erklären, welche Maßnahmen das Risiko einer Infektion senken. Anhand zahlreicher Beispiele aus den wichtigsten Lebensbereichen wie Sozialleben, Tierhaltung, Sport, persönliche Hygiene, Haushalt, Ernährung und Küchenhygiene geben sie wertvolle Tipps – etwa, dass Essensreste auch abgedeckt und gekühlt nicht länger als 24 Stunden gelagert werden sollten. Vorsichtsmaßnahmen, die in erster Linie bei hochgradiger Immunschwäche gelten, sind besonders gekennzeichnet. Dazu zählt beispielsweise die Empfehlung, zum Schutz vor Pilzsporen in der Atemluft keine Bioabfälle in der Küche zu lagern und auf ausgedehnte Spaziergänge durch herbstliches Laub zu verzichten.

Die Broschüre „Infektionen? Nein, danke!“ soll das ausführliche Gespräch mit dem Arzt nicht ersetzen, sondern ergänzen. Interessierte können das 44 Seiten starke Heft in gedruckter Form anfordern oder als PDF herunterladen: Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe (DLH e.V.), Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn, info@leukaemie-hilfe.de, Tel. 0228-33889-200, www.leukaemie-hilfe.de/infothek.

Die Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe (DLH e.V.) ist der Bundesverband der Selbsthilfeorganisationen zur Unterstützung von Erwachsenen mit Leukämien und Lymphomen. Neben der Unterstützung der Selbsthilfegruppen ist es der DLH ein Anliegen, die Interessen von Blutkrebsbetroffenen gegenüber der Politik, den Krankenkassen, medizinischen Organisationen und anderen Institutionen zu vertreten. Sie hält ein umfangreiches Angebot an Infomaterial für ratsuchende Patienten und Angehörige vor. Die DLH steht unter der Schirmherrschaft der Deutschen Krebshilfe. Sie ist Mitglied im Haus der Krebs-Selbsthilfe Bundesverband e.V. (HKSH-BV) sowie im Paritätischen Gesamtverband und in der BAG Selbsthilfe.