

Dirk Walbrühl / / PD Daily

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch

17. März 2020

Das wissen wir darüber, wie sich das Coronavirus über Oberflächen verbreitet. Und so schützt du dich.

»Auf Distanz bleiben und nicht Händeschütteln«, das raten unter anderem die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Bundesregierung als Maßnahmen gegen die Coronavirus-Pandemie. Doch nicht nur der direkte Kontakt mit Menschen kann derzeit ein Risiko darstellen, sondern auch die Gegenstände, die wir gewohnt sind, täglich zu benutzen – zum Beispiel unsere Computer oder das Smartphone.

Anstatt Nudeln und Klopapier zu horten, ¹ wäre es jetzt eher sinnvoll, einen längst überfälligen Crashkurs in Sachen Hygiene und Prävention von Krankheiten zu machen. Denn so kann jeder besser mithelfen, das Coronavirus zu bekämpfen – und andere Krankheiten gleich mit.

Das wissen wir darüber, wie sich das Coronavirus verbreitet

Das Coronavirus, das die Krankheit Covid-19 verursacht, ist noch relativ neu und trotz intensiver Bemühungen wird die Wissenschaft noch Jahre brauchen, es vollständig zu erforschen. Die gute Nachricht: Die Forschung hat eine ziemlich genaue Vorstellung davon, wie sich verwandte Viren verbreiten. Hier sind 4 schlüssige Antworten auf die wichtigsten Fragen:

- > **Wie genau wird das Coronavirus übertragen?** Nach Stand der Forschung überträgt sich das Coronavirus über die »Tröpfcheninfektion«. Dabei nutzt das Virus menschliches Sekret, wie zum Beispiel Speichel, als Transportmittel. Tröpfchen werden von erkrankten Menschen etwa beim Niesen und Husten ausgeworfen und legen bis zu 1,5 Meter zurück (deshalb sollte jeder den Abstand in der Öffentlichkeit einhalten). Wenn die Erreger so durch Mund oder Nase in die Schleimhäute des oberen Atemkanals geraten, kommt es zur Infektion. ^{#1}

- > **Überleben Tröpfchen mit den Viren auch auf Oberflächen?** Ja. Das konnten Forscher aus Singapur nun belegen ^{#2} und auch, dass sie grundsätzlich über Oberflächen anstecken können. Das US-Gesundheitsinstitut NIH fand heraus, dass sich das Coronavirus dabei sehr ähnlich zu seinem artverwandten SARS-CoV verhält und sich bis zu 78 Stunden auf Oberflächen halten kann. Dabei kommt es aber auch sehr auf das Material an: Kupfer (4 Stunden), Papier/Holz (24 Stunden) oder Plastik (bis zu 3 Tage). ^{#3} Untersuchungen von SARS-CoV legen nahe, dass auch die Temperatur eine wichtige Rolle dabei spielt: Bei über 30 Grad Celsius sinkt die Dauer, bei Temperaturen um 5 Grad Celsius steigt sie. ^{#4}

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

- > **Wie wahrscheinlich ist es, das Coronavirus von Oberflächen aufzunehmen?** Auch wenn das Coronavirus auf Oberflächen nachgewiesen werden kann, heißt das noch nicht, dass es sich auch überträgt. Die bisherigen Studien, da sind sich Virologen einig, lassen sich nicht so leicht auf die normalen Lebensumstände übertragen. Wie groß die Konzentration von Coronaviren auf einer Oberfläche sein muss, damit sie ein Risiko darstellt, ist aktuell noch völlig unklar. Forscher verweisen auf den Übertragungsweg der Grippeviren (Influenza A): Ein Kontakt von 5 Sekunden mit einer von Tröpfchen kontaminierten Oberfläche überträgt 32% der Viren auf die Fingerhaut, wo sie dann mehrere Minuten überleben und weiter zu Nase oder Mund transportiert werden können. #5
- > **Wo besteht das größte Ansteckungsrisiko?** Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) geht davon aus, dass das Ansteckungsrisiko vor allem in Wohngemeinschaften groß ist. Auch in China fand ein Großteil der Übertragungen in der Familie statt! Da das Coronavirus bis zu 14 Tage bis zum Ausbruch der Krankheit Covid-19 braucht und Familien- und WG-Mitglieder wahrscheinlich auch ohne Symptome Überträger sein könnten, ist eine gute Hygiene daheim ein wichtiger Schutz. #7 Auch wichtig: in den Ellbogen niesen und husten – denn die Ansteckung über direktes Anhusten oder Anniesen ist weitaus wahrscheinlicher als die über Oberflächen!

Wann hast du eigentlich das letzte Mal dein Smartphone geputzt?

Auch wenn eine Ansteckung über Flächen beim Coronavirus im Vergleich zur direkten Tröpfcheninfektion laut CDC und WHO geringer sein dürfte, ist sie vorhanden. Alexander Kekulé, neben Christian Drosten einer der derzeit wichtigsten Virologen in Deutschland, rät deshalb zu persönlichen Schutzmaßnahmen. »Betrachte öffentliche Innenbereiche als kontaminiert«, schreibt er auf seiner Website als Faustregel für die kommenden Tage und Wochen. »Das Virus kann im geschlossenen

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

öffentlichen Raum auf praktisch jeder Oberfläche vorhanden sein.<< #8

Besonders häufig dürfte das Virus auf Gegenständen vorkommen, die wir regelmäßig berühren: also Toilettensitze, Lenkräder, Tastaturen, Computermäuse oder Türgriffe. Alexander Kekulé betont auch die Möglichkeit, dass äußere Kleidung (wie Mäntel) und sogar unsere Haare das Virus mit sich tragen können. Und zwar dann, wenn wir mit ihnen in der Öffentlichkeit kontaminierte Oberflächen berühren oder uns nahe von infizierten Menschen aufhalten, die husten oder niesen.

Doch ein Gegenstand hat ein besonders hohes Risiko, die Viren zu verteilen, denn wir haben ihn täglich dabei, halten ihn in die Nähe von unserem Mund, lassen ihn offen liegen und geben ihn sogar anderen in die Hand – unser Smartphone.

Der durchschnittliche deutsche Smartphonebesitzer aktiviert seinen Touchscreen 53-mal pro Tag – #9 reichlich Chancen für Krankheitserreger aller Art, auf die Finger und dann in Mund und Nase zu gelangen. #10 Und dass Smartphones alles andere als sauber sind, zeigte schon eine US-Studie aus dem Jahr 2017: Sie fand in Stichproben krankheitserregende Keime auf vielen Displays. #11

Die Lösung ist naheliegend: Putzen – und zwar regelmäßig und mit den richtigen Mitteln. Das hat sogar *Apple* verstanden und vergangene Woche seine Reinigungsrichtlinien für *iPhones* und *iPads* verändert – der Konzern empfiehlt nun zum ersten Mal, Reinigungsmittel zu verwenden. #12

Und so geht es richtig:

- > **Wie oft?** Wann immer du dein Smartphone jemand anderem in die Hand gegeben hast, solltest du es danach reinigen. Ansonsten dürfte einmal pro Tag die Wahrscheinlichkeit einer Übertragung über das Smartphone schon deutlich reduzieren. Am besten immer zur selben Zeit, so kann sich eine neue Gewohnheit etablieren, die auch nach der Coronavirus-Pandemie anhält und schützt. #13

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

- > **Welches Reinigungsmittel?** Es braucht kein antivirales Desinfektionsspray oder UV-Sterilisatoren. Reinigungsmittel mit etwa 70% Alkohol wirken gut gegen das Coronavirus – ^{#14} herkömmliche Glasreiniger deutlich weniger. Auch wichtig: Das Smartphone sollte dabei zur Sicherheit nicht an einem Ladekabel hängen.
- > **Welches Tuch?** Smartphone-Displays sind anfällig für Kratzer. Papiertücher oder Spülschwämme sind daher keine gute Idee. Gut funktionieren laut *Apple* Mikrofasertücher. Wichtig dabei: Nicht nur das Display, sondern auch die Hülle reinigen und darauf achten, dass das Reinigungsmittel nicht in Öffnungen gelangt.

Hier findest du die beiden anderen aktuellen Daily's:

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

Zusätzliche Informationen

- *1 Diese Produkte waren zeitweise in Deutschland in einzelnen Supermärkten durch Hamsterkäufe ausverkauft oder sehr stark nachgefragt. Ein anhaltender Lieferengpass bestehe aktuell aber nicht und ist auch nicht zu erwarten, [versichern Sprecher von Supermarktketten wie Aldi, Rewe, Lidl oder Kaufland.](#)

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

Quellen und weiterführende Links

- #1 Was wir derzeit über das Coronavirus wissen, fasst die WHO zusammen
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

- #2 Ein Paper zur Übertragbarkeit des Coronavirus per Oberflächenkontakt
> (englisch, 2020)
<https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2762692>

- #3 Die Untersuchung des NIH zur Nachweisbarkeit des Coronavirus auf
> Oberflächen (englisch, 2020, PDF)
<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.03.09.20033217v1.full.pdf>

- #4 Ein Übersichtspaper des »Journal of Hospital Infection« zur
> Coronavirenübertragung (englisch, 2020, PDF)
[https://www.journalofhospitalinfection.com/article/S0195-6701\(20\)30046-3/pdf](https://www.journalofhospitalinfection.com/article/S0195-6701(20)30046-3/pdf)

- #5 Ein Paper zu den Übertragungswegen von Influenza A auf Oberflächen und
> Haut (englisch, 1982)
<https://academic.oup.com/jid/article-abstract/146/1/47/992812?redirectedFrom=fulltext>

- #6 Ein Paper zu den Gewohnheiten, das eigene Gesicht anzufassen (englisch,
> 2015)
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0196655314012814>

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP

- #7 Bruce Aylward spricht für die WHO über das Coronavirus (englisch, 2020)
📄 <https://twitter.com/WHO/status/1232321776928968705>

- #8 Die Website von Dr. Alexander Kekulé, der über das Coronavirus aufklärt
> (2020)
<https://www.kekule.com/blog/coronavirus-update/living-with-corona/>

- #9 Studienleiter Alexander Markowetz der »Menthal«-Studie der Universität
> Bonn interpretiert in seinem Buch die Ergebnisse (2015)
https://www.buch7.de/store/product_details/1024636289

- #10 Hier diskutiere ich, ob unser Umgang mit den Smartphones wirklich so
♂ »smart« ist und was wir ändern sollten
<https://perspective-daily.de/article/303>

- #11 Die Studie zu Smartphone-Sauberkeit und Mikrobiomen (englisch, 2017)
> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5719508/>

- #12 »Apples« neue Reinigungsrichtlinien (2020)
> <https://support.apple.com/de-de/HT207123>

- #13 Wie wir schlechte Gewohnheiten brechen und neue gute Gewohnheiten
> etablieren, erklärt unsere Gründerin Maren Urner
<https://perspective-daily.de/article/6/>

- #14 »WIRED« klärt über Mythen über den Coronavirus auf (englisch, 2020)
> <https://www.wired.co.uk/article/alcohol-kills-coronavirus-myth-busting>

Dirk Walbrühl

Dein Smartphone ist eine Virenschleuder. Und diese Oberflächen auch
perspective-daily.de/article/1176/5V80OGiP