



**Maßnahmen zur Verminderung von Hautkrankheiten, insbesondere des „Ringerpilzes“
Trichophyton tonsurans bei Ringern und anderen Sportarten mit Körperkontakt, wie
Judo.**

Adaptiert nach: National Athletic Trainers' Association Position Statement: Skin Diseases, veröffentlicht in J Athl Train. 2010 Jul-Aug; 45(4): 411–428.

- Aufstellung eines Infektionsverhütungsplanes, in dem auch die korrekte Anwendung der Substanzen niedergeschrieben ist.
- In Wasch- und Duschräumen sollte antibakteriell wirksame Hautreinigungsmittel in Form einer Flüssigseife in ausreichender Menge zur Verfügung stehen.
- Festlegung der Reinigung und Desinfektion der Umkleidekabinen, der Matten und Sitzbänke mit definierten Materialien (entsprechend der Krankenhausdesinfektion („bakterizid, viruzid und fungizid“)).
- Wichtig: Beachtung der von jeweiligen Hersteller empfohlenen Menge, Konzentration sowie der Einwirkungszeit.
- Händereinigung sollte mit der empfohlenen Menge antibakterieller Seife über mind. 15 Sekunden Einwirkungszeit stattfinden. Die Hände sollten mit Einweghandtüchern abgetrocknet werden. Eine anschließende alkoholische Händedesinfektion (Spender) wird empfohlen.
- Sportler sollten nach dem Training sich komplett duschen, hierbei antibakterielle Flüssigseife verwenden. Nach dem Duschen sollten insbesondere die Füße gut abgetrocknet werden, evtl. auch durch Verwendung eines Föhns. Wichtig: das Tragen von „Badelatschen!“
- Von der kosmetischen Körperspray wird dringend abgeraten (zahlreiche Mikrotraumen welche Eintrittspforten darstellen können!)
- Die beim Training getragene Kleidung sollte täglich gewaschen werden.
- Schutzprotektoren, wie z.B. Knieschoner sollten täglich desinfiziert werden.
- Sportler sollten Dinge wie Haarbürsten, Nagelklipper, Einwegrasierer und Handtücher etc. nicht untereinander austauschen.
- Alle nicht infizierten Wunden sollten mit okklusiven oder semiokklusiven Verbänden versorgt werden. Fingernägel kurz halten.
- Kortisoncremes nur im erforderlichen Umfang anwenden (Reduktion der lokalen Abwehrlage!).

Dr. med. Michael Eisfelder 9.2015