



Der beste Schutz für das ungeborene Kind ist, sich selbst während der Schwangerschaft vor einer CMV-Infektion zu schützen!

Gesund. Leben. Bayern.



Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Die Beachtung der wichtigsten Hygiene-Regeln, die Sie auch in diesem Faltblatt finden, kann das Risiko einer Infektion verringern. Wenn Sie weitere Informationen suchen oder besorgt sind, sich angesteckt zu haben, fragen Sie Ihre Frauenärztin, Ihren Frauenarzt. Sie stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.

[www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de)

Herausgeber: Bayerisches Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit  
Eggenreuther Weg 43, 91058 Erlangen

Internet: [www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de)  
E-Mail: [poststelle@lgl.bayern.de](mailto:poststelle@lgl.bayern.de)  
Telefon: 09131 6808-0  
Telefax: 09131 6808-2102

Bildnachweis: Ann-Jasmin Ratzel © Bayerisches Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit

Druck: Kaiser Medien GmbH, Nürnberg  
Stand: November 2013  
© LGL; alle Rechte vorbehalten  
Gedruckt auf Papier aus 100 % Altpapier

Dieses Informationsblatt kann kostenlos bestellt werden beim Bayerischen Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG) unter Telefon: 09131 6808-4510, Fax: 09131 6808-4513, E-Mail: [ZPG-Bestellungen@lgl.bayern.de](mailto:ZPG-Bestellungen@lgl.bayern.de)

Diese Druckschrift wird kostenlos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von den Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zweck der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden. Bei publizistischer Verwertung – auch von Teilen – wird um Angabe der Quelle und Übersendung eines Belegexemplars gebeten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Die Broschüre wird kostenlos abgegeben, jede entgeltliche Weitergabe ist untersagt. Diese Broschüre wurde mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann dennoch nicht übernommen werden. Für die Inhalte fremder Internetangebote sind wir nicht verantwortlich.

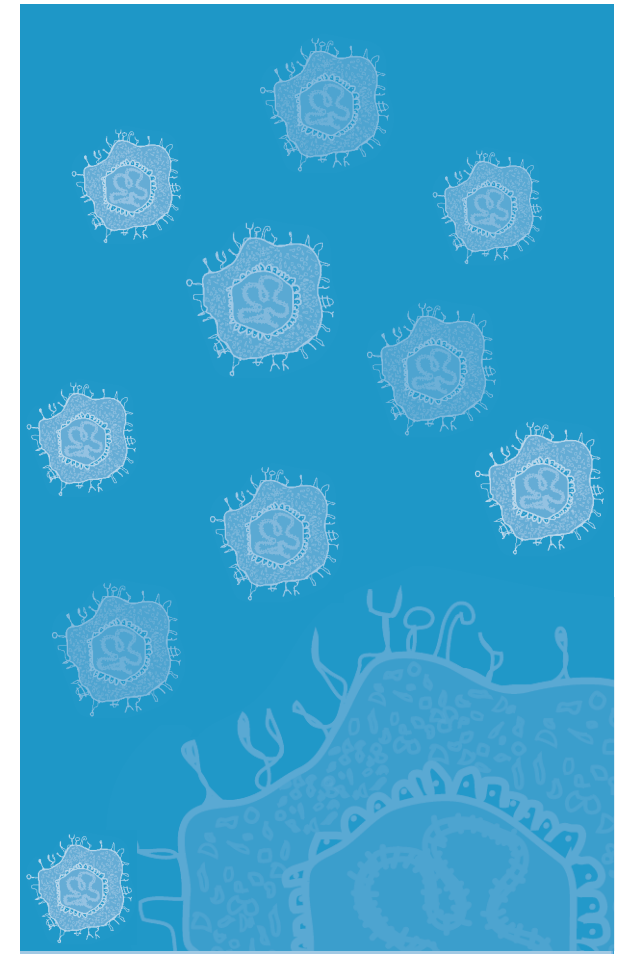


BAYERN | DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter [direkt@bayern.de](mailto:direkt@bayern.de) erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

## Gemeinsam für mehr Gesundheit!

Diese Information entstand in Zusammenarbeit mit folgenden Ministerien und Fachverbänden:

- Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege
- Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration
- Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e.V.
- Berufsverband der Frauenärzte e.V.
- Bayerischer Hebammen Landesverband e.V.
- Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.
- Gesellschaft für Virologie e.V. und Deutsche Vereinigung zur Bekämpfung der Viruskrankheiten e.V.



## Cytomegalie

Warum es wichtig ist,  
in der Schwangerschaft darüber  
Bescheid zu wissen

# Cytomegalie

## Oft harmlos, aber nicht immer

Cytomegalie ist eine ansteckende Erkrankung, die durch das Cytomegalie-Virus („CMV“) hervorgerufen wird. Die Infektion ist häufig: Mehr als die Hälfte aller Erwachsenen in den westlichen Industrieländern hat sie bereits durchgemacht. Dabei wird die Infektion in den meisten Fällen kaum bemerkt, da sie wie eine leichte Grippe oder sogar ohne jedes spürbare Krankheitszeichen verläuft.

Für manche Menschen jedoch kann das Virus gefährlich werden. Dann nämlich, wenn ihr Immunsystem geschwächt ist. Oder wenn sie noch gar nicht auf der Welt sind:

**Für Babys im Mutterleib ist die Ansteckung mit CMV ein Risiko.**

## Ansteckung im Mutterleib

Kommt eine werdende Mutter während der Schwangerschaft in Kontakt mit CMV, so kann das Virus auf ihr Kind übertragen werden. Glücklicherweise passiert dies nicht häufig; Wissenschaftler gehen davon aus, dass sich nur etwa 1% aller Frauen während der Schwangerschaft neu ansteckt. Und auch in diesen Fällen kommen die meisten Babys gesund zur Welt.

Die Kinder aber, bei denen die Krankheit ausbricht, haben oft schwere gesundheitliche Beeinträchtigungen. Neben dem Risiko, zu früh und mit einem geringen Geburtsgewicht schwächer ins Leben zu starten, können Lungenentzündungen, Veränderungen von Leber und Milz und vor allem Schädigungen von Nervensystem und Gehirn auftreten. Entwicklungsverzögerungen, Störungen von Sehen und Hören sind die häufigsten Folgen angeborener Cytomegalie. Nicht immer zeigen sie sich gleich nach der Geburt.

## Bin ich gefährdet?

Cytomegalie ist für das ungeborene Baby vor allem dann ein Risiko, wenn seine Mutter nie zuvor damit in Kontakt gekommen ist. Hat sie bereits eine CMV-Infektion durchgemacht, ist eine Übertragung auf das Kind sehr selten. Aber ganz unabhängig davon ist es wichtig zu wissen: Wer einfache Hygiene-Regeln befolgt, verringert das Risiko einer Ansteckung – mit Cytomegalie und auch mit vielen anderen Krankheitserregern, die für das Baby gefährlich werden können.

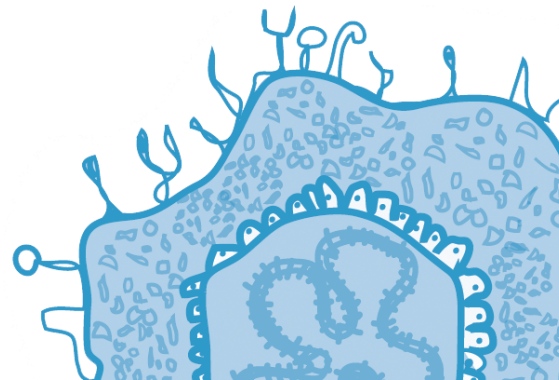
## Die Infektion verhindern:

### Wie schütze ich mich und mein Baby?

Das Cytomegalie-Virus wird von infizierten Menschen mit den Körperflüssigkeiten ausgeschieden und durch engen Kontakt auf andere übertragen, etwa durch Speichel, Blut, Tränen und Urin. Sehr häufig sind es Kleinkinder, die sich anstecken und das Virus weiter verbreiten.

Daher besteht vor allem in Krabbelgruppen, in Kinderkrippen und Kindergärten das Risiko, mit Cytomegalie-Viren in Kontakt zu kommen. Nicht selten ist es auch ein größeres Geschwisterkind daheim, das sich unbemerkt angesteckt hat: Beim Wechsel der Windeln, beim gemeinsamen Benutzen von Besteck kann seine schwangere Mama sich selbst und das ungeborene Baby infizieren.

**Aber dem kann man vorbeugen!**



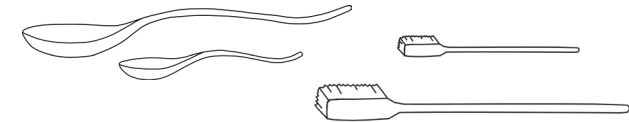
# Der Übertragung vorbeugen!

**Die Beachtung der wichtigsten Hygiene-Regeln kann helfen, das Risiko einer Cytomegalie-Infektion in der Schwangerschaft zu verringern:**



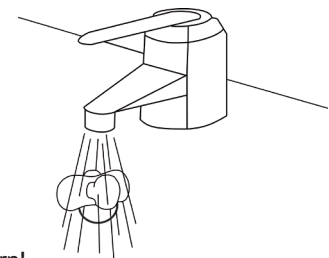
## Gründliches Händewaschen:

Waschen Sie Ihre Hände mehrmals am Tag mit Wasser und Seife. Das ist besonders wichtig, nachdem sie einem Kleinkind die Nase geputzt oder es gefüttert haben und nach jedem Windelwechsel.



## „Ein Löffelchen für dich, ein Löffelchen für mich“:

Jeder sollte beim Essen eigenes Geschirr und Besteck verwenden. Das Gleiche gilt natürlich auch beim Zähneputzen: Benutzen Sie keine gemeinsame Zahnbürste!



## Schnuller heruntergefallen?

Bitte nicht in den Mund nehmen, um ihn zu säubern! Abspülen ist die sicherere Lösung!