



Deutschland: Gurgeln mit 0,2% PVP-Iod vor zahnärztlicher Behandlung [24]; vor Intubation und Bronchoskopie Spülung der Mundhöhle mit 1,25%iger wässriger PVP-Iod-Lösung möglichst in Verbindung mit Gurgeln [25].

5. Für Deutschland abgeleitete Empfehlungen

5.1 Für die Bevölkerung

A) Gurgeln

Kochsalz: Einen *gestrichenen Teelöffel Kochsalz in 100 ml lauwarmem Wasser* lösen. Etwa Menge eines Schnapsglases in den Mund nehmen, jeweils vor dem Einatmen Gurgeln unterbrechen und Vorgang etwa 3 min lang wiederholen; mind. morgens und abends, falls möglich, 3-mal/d; Gurgellösung nicht herunterschlucken.

Grüner Tee: Zum Gurgeln lauwarm abkühlen lassen.

Granatapfel- und Aroniasaft: Weil hier bisher nur in vitro Ergebnisse zur Wirksamkeit vorliegen, sind Kochsalzlösung und grüner Tee zu präferieren.

Ätherische Öle: Mundwässer unverdünnt anwenden. Auf Grund der hohen in vitro Wirksamkeit gegen SARS-CoV-2 und der Senkung der Viruslast bei SARS-CoV-2-Infizierten sind Mundwässer auf Basis ätherischer Öle anstatt der vorgenannten Möglichkeiten zu favorisieren. Es sind keine Langzeitnebenwirkungen bekannt. Für Kinder, Personen mit Alkoholunverträglichkeit und Personen mit besonderer Schleimhautempfindlichkeit sollte anstelle der Kombination von ätherischen Ölen mit Alkohol (Listerine Cool Mint) die Formulierung ohne Alkohol (Listerine Cool Mint milder Geschmack) eingesetzt werden.

B) Nasenspray

Kochsalz: Unkonservierte Produkte ohne Zusatz abschwellender Mittel (z.B. *Hysan® Salinspray®* oder *Rinupret®*); bei Ansetzen zu Hause (s.o.) Lösung durch Einatmen in die Nase einziehen.

Carragelose: (*Algovir®* Erkältungsspray), wegen höherer Wirksamkeit im Vergleich zu Nasensprays auf Basis von Kochsalz zu bevorzugen.

5.2 Präexpositionsprophylaxe zum Schutz von Mitarbeitern im Gesundheitswesen

Vor Aerosol generierenden Maßnahmen (z.B. zahnärztliche Behandlung, HNO-Behandlung, Intubation, Nicht-invasive Beatmung): Patient gurgeln lassen mit 1,25% wässriger PVP-Iod-Lösung (wird in dieser Konzentration auch von der empfindlichen Nasenschleimhaut vertragen), bei Kontraindikation gegen Iod (bekannte Hyperthyreose oder Iod-Allergie) alternativ die Kombination Mundwässer auf Basis ätherischer Öle.

Seit März 2020 wird die Präexpositionsprophylaxe in der Universitätsmedizin Greifswald mit 1,25% wässriger PVP-Iod-Lösung und bei Kontraindikation mit dem Mundwasser auf Basis von Ethanol / ätherischen Ölen durchgeführt. Seitdem gab es keinen einzigen Hinweis auf eine Unverträglichkeit und keine Übertragung vom Patienten auf behandelnde Ärzt*innen bzw. Zahnärzt*innen.

5.3 Präexpositionsprophylaxe zum Schutz der Bevölkerung

Ein besonderer Schwerpunkt ist die Anwendung z.B. vor gemeinsamer Esseneinnahme oder vor gemeinschaftlichen Aktivitäten in Einrichtungen der Altenpflege oder in Rehabilitationseinrichtungen, bei