

Sichere Übertragung von Röntgenbildern und Dateien per E-Mail

Passwortgeschützte ZIP-Dateien mit 7-Zip erstellen (Windows 10 & Windows 11)

Der Schutz sensibler Patientendaten – insbesondere Röntgenbilder – ist eine bewährte Grundregel in der zahnärztlichen Arbeit. Auch in der digitalen Welt gilt: **Vertraulichkeit steht an erster Stelle.**

Da weder Windows 10 noch Windows 11 eine integrierte Möglichkeit bieten, ZIP-Dateien mit Passwort und sicherer Verschlüsselung zu erstellen, kann hierfür ein bewährtes Zusatzprogramm wie **7-Zip** verwendet werden. Dieses ist **kostenlos** und ermöglicht zusätzlich eine **optimale Komprimierung**, sodass sich Dateien leichter per E-Mail versenden lassen.

Schritt-für-Schritt-Anleitung

1. Programm herunterladen und installieren

- ➔ **7-Zip** aus seriösen Quellen herunterladen, z. B.: www.chip.de, www.computerbild.de, www.heise.de
 - ➔ Installation nach Anleitung durchführen.
-

2. Datei oder Ordner auswählen

- ➔ **Windows 10:** Rechtsklick auf die zu versendende Datei oder den Ordner, dann „**Zu einem Archiv hinzufügen...**“ auswählen.
 - ➔ **Windows 11:** Rechtsklick → „**Weitere Optionen anzeigen**“ → „**Zu einem Archiv hinzufügen...**“.
-

3. Archivformat festlegen

- ➔ Im Fenster „**Zu Archiv hinzufügen**“ als **Archivformat** „**zip**“ auswählen.
 - ➔ Alle weiteren Einstellungen unverändert belassen.
-

4. Passwortschutz aktivieren

- ➔ Im Bereich „**Verschlüsselung**“ ein sicheres Passwort eingeben und darunter bestätigen.
 - ➔ Optional: Haken bei „**Passwort anzeigen**“ setzen, um die Eingabe zu kontrollieren.
 - ➔ Als Verschlüsselungsmethode **AES-256** auswählen – dies gilt als besonders sicher.
-

5. ZIP-Datei erstellen

- ➔ Mit Klick auf „**OK**“ wird die geschützte ZIP-Datei erstellt.
- ➔ Die Datei ist an der Endung **.zip** erkennbar.
- ➔ Das Original bleibt unverändert bestehen.

Wichtige Sicherheitshinweise

- Das Passwort **nicht in derselben E-Mail** wie die Datei versenden – besser telefonisch oder in einer separaten Nachricht mitteilen.
- Ein **starkes Passwort** verwenden: mindestens 12 Zeichen, mit Groß- und Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen.
- Weitere Tipps finden sich leicht, wenn „ZIP-Archive erstellen“ oder „sicheres Passwort“ in einer Suchmaschine eingegeben wird.

Fazit:

Ob Windows 10 oder Windows 11 – mit 7-Zip kann eine seit Jahren bewährte Methode genutzt werden, um Daten vor unbefugtem Zugriff zu schützen. Die digitale Übertragung ist so ebenso sicher wie früher die persönliche Übergabe im verschlossenen Umschlag.

Stand: 05.08.2025