

Dokument 100007

Info Wie vermeide ich EHEC-Infektionen

Jährlich infizieren sich in Deutschland rund 1.000 Menschen mit dem sog. EHEC-Erreger. Die meisten Erkrankten (ca.45%) sind unter 5 Jahren. EHEC steht für **EnteroHämorrhagische Escherichia Coli** und kann zu unterschiedlichen schweren Krankheitsverläufen führen. Bei dem EHEC-Ausbruch im Mai 2011 sind es erstaunlicherweise mehr Erwachsene und überwiegend Frauen, die erkrankt sind.

Wie überträgt sich EHEC?

Von Mensch zu Mensch, durch Tiere (besonders Wiederkäuer wie Rinder, Schafe und Ziegen) und durch verschmutzte Lebensmittel. Der Erreger kann mit der Nahrung, insbesondere mit rohem Fleisch oder Rohmilch, aufgenommen werden; ebenso über fäkalienverseuchtes Trink- und Badewasser. Außerdem ist eine direkte Ansteckung möglich.

Bisher wurde eine Vielzahl von Überträgern für menschliche Infektionen nachgewiesen: z. B. Rinderhackfleisch, Salami, Mettwurst, Rohmilch, nicht pasteurisierter Apfelsaft, Salat, Sprossen, Bade- und Trinkwasser. Eine Übertragung durch direkte Tier-Mensch-Kontakte (z. B. in Streichelzoos oder bei Besuchen landwirtschaftlicher Betriebe) ist ebenfalls möglich. Eine Übertragung von Mensch zu Mensch wurde in Familien, Kindertagesstätten, Altenheimen und Krankenhäusern nachgewiesen. Bereits etwa 100 Bakterien genügen für eine Ansteckung. Zum Vergleich: Eine Erkrankung durch bspw. Salmonellen benötigt rund eine Millionen Bakterien.

Wie äußert sich eine Erkrankung durch EHEC?

1-3 Tage nach der Infektion mit EHEC bilden die Bakterien ein Gift, dass die Zellen Darmwände und Blutgefäßwände zerstört. Es kommt zu starken Magenschmerzen, blutigen Durchfall, Fieber und ggf. Nierenversagen. Bei grippeähnlichen Krankheitsanzeichen und blutigem Stuhl sollte sofort ein Arzt aufgesucht werden.

Wie schütze ich mich vor einer Ansteckung?

Oberstes Gebot ist Hygiene. Das bedeutet regelmäßiges gründliches Händewaschen mit Seife. Unbedingt nach jedem Toilettengang und wenn man sich in öffentlichen Räumen befunden hat. Auch vom Verzehr rohem Fleisches ist abzuraten (Hackfleisch, Salami, Mettwurst, usw.). Gemüse, Obst und Salat unbedingt gründlich waschen vor dem Verzehr. Nach dem Kontakt zu Tieren (Haustiere, Streichelszoo) unbedingt Hände gründlich waschen.

Ausführliche Informationen finden sich auch auf der Website des Robert Koch Instituts
<http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/E/EHEC/EHEC.html>