

EHEC-Infektionen: Hygiene beachten

(Stand: 01.06.2011)

Seit Anfang Mai ist in Deutschland eine Häufung von Infektionen mit EHEC (Enterohämorrhagische Escherichia coli), einer besonderen Art von Darmbakterien, mit schweren Verläufen zu beobachten. Die gemeldeten Krankheitsfälle zeigen eine ungewöhnliche Verschiebung bezüglich der betroffenen Altersgruppe: Während typischerweise Kinder unter 5 Jahren erkranken, sind nun vor allem Erwachsene, darunter viele Frauen, betroffen. Als mögliche Infektionsquelle stehen aktuell mit den Erregern verunreinigte rohe Gurken, Tomaten und Salat im Verdacht. Die Forscher bemühen sich weiterhin, die Infektionsquelle zu sichern.

EHEC- Infektionen können Durchfallerkrankungen verursachen. Besonders gefürchtet sind die Keime, weil sie unter Umständen bei einem Teil der Erkrankten zu schweren Krankheitsverläufen und Todesfällen führen können.

Seit 2001 müssen alle EHEC- Erkrankungen bundesweit gemeldet werden, dies sind üblicherweise etwa 1.000 pro Jahr. Die derzeitige Häufung der Erkrankungsfälle ist daher ungewöhnlich und auch die erkrankten Altersgruppen sind untypisch. Die Übertragung kann über mit den Erregern verunreinigte Lebensmittel oder aber auch von Mensch zu Mensch über so genannte Schmierinfektionen erfolgen. Zum Schutz vor einer Ansteckung ist die Beachtung der bekannten Übertragungswege wichtig.

Infektionen vermeiden: auf Hygiene achten

1. Schutz vor lebensmittelbedingten EHEC- Infektionen

Aktuell empfiehlt das Bundesinstitut für Risikobewertung über die üblichen Hygieneregeln im Umgang mit Obst und Gemüse hinaus, vorsorglich bis auf weiteres Tomaten, Salatgurken und Blattsalate insbesondere in Norddeutschland nicht roh zu verzehren.

Wie die meisten Erreger von Lebensmittelinfektionen lassen sich auch EHEC- Bakterien durch Erhitzen abtöten, also durch Kochen, Braten oder Pasteurisieren (bei 70°C für 10 Minuten). Tiefgefrieren garantiert hingegen nicht, dass ein Lebensmittel vollständig frei von EHEC wird. Zur Vermeidung lebensmittelbedingter Infektionen sind folgende Hygienemaßnahmen bei der Zubereitung von Speisen empfohlen.

- ▶ Roh verzehrtes Gemüse und Obst gründlich waschen oder schälen.
- ▶ Fleisch und Hackfleisch von Wiederkäuern vor dem Verzehr ausreichend erhitzen (mindestens 70° C für mehrere Minuten).
- ▶ Rohes Fleisch getrennt von anderen Lebensmitteln lagern und zubereiten, auch verschiedene Bretter, Teller, Messer und Zangen benutzen.
- ▶ Auf Rohmilch verzichten oder zumindest vor dem Verzehr abkochen.
- ▶ Flächen und Gegenstände nach Kontakt mit Lebensmitteln gründlich reinigen und abtrocknen.
- ▶ Wisch- und Handtücher nach der Zubereitung von Obst oder Gemüse und rohem Fleisch möglichst auswechseln und bei mindestens 60° C waschen.

EHEC- Bakterien können infolge der fehlenden Wärmebehandlung auch vorkommen in:

- ▶ streichfähigen Rohwürsten, zum Beispiel Zwiebelmettwurst, Teewurst, Braunschweiger;
- ▶ Rohmilchkäse (verpackter Käse aus Rohmilch muss mit dem Wortlaut "mit Rohmilch hergestellt" gekennzeichnet sein);

- ▶ unpasteurisiertem Apfelsaft.

Diese Lebensmittel sollten Sie vorsichtshalber meiden.

Außerdem:

- ▶ Speisen und Getränke nur außerhalb von Tierställen und Gehegen verzehren.
- ▶ Personen mit Durchfallerkrankungen sollten am besten keine Speisen zubereiten.

Das Risiko für lebensmittelbedingte Infektionen mit EHEC lässt sich mit diesen einfachen Mitteln senken. Eine vorbeugende Impfung gegen EHEC gibt es nicht.

2. Schutz vor Schmierinfektionen mit EHEC- Bakterien

Der Erreger kann auch von Mensch zu Mensch weitergegeben werden, vor allem durch eine sogenannte Schmierinfektion (fäkal-oral) aufgrund mangelnder Hygiene. Der beste Schutz gegen diese Übertragung ist gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife und sorgfältiges Abtrocknen:

- ▶ vor der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor dem Essen,
- ▶ nach dem Toilettengang
- ▶ nach Kontakt mit Tieren.

Vorsicht auch beim Baden in natürlichen Gewässern, die durch Tierkot verschmutzt sein können. Bei kleinen Kindern zudem auf sauberes Wasser im Planschbecken und unverschmutzten Sand im Sandkasten achten.

Was ist EHEC?

EHEC (Enterohämorrhagische Escherichia coli) sind eine besondere Art von Darmbakterien. Sie produzieren Zellgifte (Shigatoxine bzw. Verotoxine) und können dadurch beim Menschen schwere Erkrankungen auslösen. Gefährdet sind in der Regel vor allem Säuglinge, Kleinkinder, ältere und abwehrgeschwächte Menschen. EHEC kommen natürlicherweise im Verdauungstrakt von Wiederkäuern vor, zum Beispiel bei Rindern, Schafen und Ziegen, ohne dass diese selbst erkranken. Die Tiere scheiden die Bakterien mit dem Kot aus. Da EHEC relativ unempfindlich sind, können sie in der Umwelt, im Boden und im Wasser wochenlang überleben.

Übertragungswege

Die EHEC können auf vielfältige Weise übertragen werden:

- ▶ **Über Lebensmittel:** Von landwirtschaftlichen Nutztieren gelangen die Erreger häufig bereits beim Melken oder Schlachten in die Milch bzw. auf das Fleisch. Über verunreinigtes Wasser und durch Düngen mit Gülle oder Mist können auch pflanzliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse mit EHEC belastet sein. Darüber hinaus kann der Keim aber auch durch unzureichende Küchenhygiene in andere verzehrfertige Lebensmittel gelangen.
- ▶ **Von Mensch zu Mensch:** Mit EHEC infizierte Menschen scheiden den Keim aus und können Infektionen so auf andere übertragen.
- ▶ **Durch direkten Tierkontakt:** zum Beispiel auf Bauernhöfen oder in Streichelzoos.
- ▶ **Durch verschmutztes Wasser:** zum Beispiel beim Baden in durch Tierkot verschmutzten Gewässern.

Für kleine Kinder spielen außerdem durch Fäkalien verschmutzte Planschbecken oder Buddelsand eine Rolle als Infektionsquelle.

Krankheitssymptome

Bei den meisten Erkrankten tritt 3-4 Tage (seltener bis zu 10 Tage) nach der Ansteckung unblutiger, meistens **wässriger Durchfall** in Erscheinung, der von Übelkeit, Erbrechen und zunehmenden Bauchschmerzen, seltener von Fieber begleitet werden kann. Üblicherweise heilt die Erkrankung von selbst folgenlos aus. Eine EHEC-Infektion kann aber auch ohne Symptome verlaufen und unerkannt bleiben.

In etwa einem Fünftel der Erkrankungsfälle können sich als schwere Verlaufsform **blutige Durchfälle** mit krampfartigen Bauchschmerzen und teilweise Fieber entwickeln. In der Regel erkranken vor allem Säuglinge, Kleinkinder, alte Menschen und abwehrgeschwächte Personen häufiger schwer. Bei etwa jedem Zehnten bis Zwanzigsten der Erkrankten droht als Folge einer EHEC- Infektion das **hämolytisch- urämische Syndrom (HUS)**, eine Erkrankung, die sich in Blutgerinnungsstörungen, einer Zerstörung der roten Blutkörperchen bis hin zum akuten Nierenversagen äußern kann. Sie ist der häufigste Grund für akute Funktionsstörungen der Nieren im Kindesalter, die lebensbedrohlich sein können.

Was tun bei Krankheitszeichen?

Suchen Sie beim Auftreten der Symptome, insbesondere beim blutigen Durchfall, **Ihren Arzt oder Ihre Ärztin** auf. Bei entsprechendem Verdacht werden dort die weiteren notwendigen Schritte eingeleitet, um die Erkrankung zu diagnostizieren und zu behandeln. Wissenschaftler des Institutes für Hygiene am Universitätsklinikum Münster (UKM) ist es Ende Mai gelungen, einen EHEC-Schnelltest zu entwickeln, mit dem Labore das Darmbakterium EHEC innerhalb weniger Stunden nachweisen können.

Im Allgemeinen gilt:

- ▶ Die Behandlung der Krankheitszeichen kann nur symptomatisch erfolgen, zum Beispiel durch eine genügende Flüssigkeitszufuhr zum Ausgleich der Wasserverluste durch Durchfall und Erbrechen.
- ▶ Eine Therapie mit Antibiotika ist im Regelfall nicht angezeigt und kann sogar die Bakterienausscheidung verlängern. Daher sind die neuesten Untersuchungsergebnisse des aktuellen Infektionsgeschehens über eine erhöhte Resistenz des Erregers gegenüber bestimmten Antibiotikagruppen für die Behandlung nicht bedeutsam.
- ▶ Bei Vorliegen eines HUS wird zumeist eine harntreibende Therapie und unter Umständen die Apherese angewendet, ein Blutreinigungsverfahren bei dem krankmachende Bestandteile aus dem Blut entfernt werden können. Im Falle eines Nierenversagens kommt das Dialyseverfahren zum Einsatz.

Ganz wichtig: Ansteckungsrisiko mindern, Hygiene beachten!

- ▶ Händewaschen- die wichtigste Hygieneregeln (weitere Informationen hierzu siehe unten), insbesondere nach dem Toilettengang
- ▶ Personen mit Durchfallerkrankungen sollten keine Speisen zubereiten
- ▶ Hygieneregeln bei der Zubereitung von Speisen beachten (siehe oben)

Gut zu wissen: viele Krankheitserreger, so auch EHEC, können auch noch nach Abklingen der klinischen Symptome von zuvor Erkrankten für einige Tage bis ca. 4 Wochen im Stuhl ausgeschieden werden. Daher: Hygieneregeln auch nach durchgestandener Erkrankung sorgfältig beachten.