



## Magen-Darm-Erkrankungen durch EHEC

Durch Bakterien ausgelöste Durchfallerkrankungen gehören zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Über 210.000 Fälle werden in Deutschland jährlich gemeldet. Ausgelöst werden diese Erkrankungen durch bestimmte Bakterienarten. Die am häufigsten vorkommenden Arten sind Salmonellen, Campylobacter und EHEC-Bakterien.

Die Bakterien kann man weder sehen, riechen noch schmecken. Sie besiedeln vor allem eiweißreiche tierische Lebensmittel. Bei mangelnder Hygiene, wie zum Beispiel bei ungekühlter Lagerung, vermehren sich die Bakterien explosionsartig. Der Mensch infiziert sich durch den Genuss kontaminierter Lebensmittel.

Sie selbst können dazu beitragen, eine Erkrankung zu vermeiden. Dieser „Ratgeber“ informiert Sie über die Ursachen für infektiöse Durchfallerkrankungen sowie über deren Vorbeugung und Behandlung. Sie erfahren, wie Sie eine Ausbreitung der Infektion verhindern können.

EHEC ist die Abkürzung für „enterohämorrhagische Escheria coli“. Der Erreger gehört zur Gruppe der „Escherichia-coli-Bakterien“. Als Hauptinfektionsquelle sind landwirtschaftlich genutzte Tiere – vor allem Rinder, aber auch kleine Wiederkäuer wie Schafe und Ziegen zu sehen.

### Wie werden EHEC-Bakterien übertragen?

Übertragen werden die Keime durch die Aufnahme verunreinigter Lebensmittel oder von Mensch zu Mensch (Kontaktausbreitung). Hier sind in erster Linie nicht pasteurisierte Milch und Milchprodukte, rohes oder nicht ausreichend gegartes Fleisch und Fleischprodukte zu nennen.

Die Inkubationszeit beträgt ein bis drei, höchstens zehn Tage.

### Wie äußert sich eine Infektion durch EHEC-Bakterien?

Die meisten Infektionen mit EHEC verlaufen komplikationslos und bleiben deshalb unerkannt.

Bei Personen deren Immunsystem geschwächt ist sowie bei Säuglingen, Kleinkindern und älteren Menschen kann es zu schweren Krankheitsbildern kommen. Zu den Symptomen einer EHEC-Infektion gehören wässrige oder wässrig-blutige Durchfälle, Übelkeit, Erbrechen, zunehmende Unterleibsschmerzen, manchmal auch Fieber.

Bei Kleinkindern und Säuglingen kann sich die Komplikation des hämolytisch-uraemischen Syndroms (HUS) entwickeln. Hierbei kommt es in zirka fünf bis zehn Prozent der Fälle zu einer Blutarmut (die roten Blutkörperchen werden zerstört) und Schädigungen der Niere oder des Gehirns. Zur Vermeidung dieser folgenschweren Schäden ist eine Früherkennung der Infektion besonders bei kleinen Kindern wichtig.

Die Keimausscheidung dauert im Normalfall fünf bis zwanzig Tage, selten bis zu einem Monat.

## Erkennen und Vermeiden

- Achten Sie beim Kochen, besonders in der Mikrowelle darauf, dass die Speisen ausreichend durchgegart sind.
- Wischen Sie die Arbeitsflächen regelmäßig mit heißem Seifenwasser ab und reiben Sie sie trocken.
- Benutzen Sie Küchenpapier oder kochfeste Küchentücher und tauschen Sie Spültücher, Schwämme und Bürsten regelmäßig aus.

## Im Falle eines Falles: Was Ihr Arzt für Sie tun kann

Suchen Sie bei einer starken Durchfallerkrankung in jedem Falle Ihren Arzt auf. Er kann durch Stuhlproben die Art der Infektion feststellen. Ihr Arzt wird eine entsprechende Behandlung einleiten. Die frühzeitige Erkennung der Krankheitsursache verhindert die Entwicklung von klinischen Komplikationen. Bei normalem Verlauf der Erkrankung wird im Allgemeinen nur der Flüssigkeits- und Elektrolytverlust ausgeglichen. Auf Antibiotika kann verzichtet werden.

Den Krankheitsverdacht bzw. die Erkrankung durch diese Bakterien muss der behandelnde Arzt unverzüglich an das Gesundheitsamt melden. Geben Sie Ihrem Arzt an, in welchem Arbeitsumfeld Sie tätig sind (z. B. Lebensmittelbetrieb oder Gemeinschaftseinrichtung). Möglicherweise unterliegen Sie bei einer Durchfallerkrankung einem gesetzlichen vorübergehenden Tätigkeitsverbot. Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gern Ihr Gesundheitsamt.

## Was Sie selbst tun können:

Während der gesamten Dauer der Durchfallerkrankung sollten Sie vor allem rund um das WC auf besondere Hygiene achten. Alle Gegenstände und Flächen, die mit infektiösen Ausscheidungen in Berührung gekommen sind, müssen regelmäßig gründlich gereinigt und ggf. desinfiziert werden. Für eine ausreichende Hygiene sind folgende Punkte wichtig:

- Spülen Sie Eß- und Trinkgeschirr des Erkrankten in mindestens 80°C heißem Wasser
- Waschen Sie Unter- und Bettwäsche, Taschentücher und Handtücher im Kochwaschgang
- Ist eine Maschinenwäsche nicht möglich oder sind die Wäschestücke nicht kochfest, sind entsprechende Desinfektionsmittel hilfreich. Sie reduzieren die Keimzahl auch bei Waschgängen mit niedrigen Temperaturen.
- Putzen Sie Toilettensitz, -deckel und -spülung mit einem Desinfektionsmittel.
- Zur Hautdesinfektion, beispielsweise nach dem Händewaschen, sind alkoholische Desinfektionsmittel geeignet.

## Haben Sie Fragen? Wir sind gern für Sie da!

Abteilung Gesundheit  
Gesundheitsschutz  
Schloßplatz 6  
21423 Winsen (Luhe)

Telefon: 04171 693-372  
Telefax: 04171 693-174

E-Mail: [gesundheitsamt@lkharburg.de](mailto:gesundheitsamt@lkharburg.de)  
<http://www.lkharburg.de>