

## **Merkblatt über EHEC-Infektionen**

EHEC (Entero-Hämorrhagische Escherichia Coli) sind Bakterien, die eine infektiöse Darmerkrankung verursachen können.

### **Krankheitsbild**

Krankheitserscheinungen wie wässriger oder blutiger Durchfall, Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen treten in der Regel 3 – 4, in Einzelfällen 2 – 10 Tage nach der Infektion auf.

Oft verlaufen Infektionen mit EHEC- Bakterien unerkannt. Bisweilen nehmen die Infektionen einen schweren Verlauf bis hin zur Ausbildung eines HUS (hämolytisches urämisches Syndroms, siehe unten)

Säuglinge, Kleinkinder, alte sowie abwehrgeschwächte Personen sind besonders gefährdet.

### **Infektionsquellen und –wege**

EHEC- Infektionen können auf vielfältige Weise übertragen werden, z.B. durch:

- Kontakt mit EHEC-Ausscheidern (Mensch-zu-Mensch-Infektketten) bei nicht ausreichender Hygiene
- Genuss kontaminierter Lebensmittel, wie rohe oder nicht ausreichend erhitzte Fleisch- und Wurstwaren, nicht pasteurisierte Milch und Rohmilchprodukte, aber auch roh verzehrtes Obst und Gemüse, welches z.B. mit Stuhl oder Jauche verunreinigtem Wasser gedüngt oder behandelt wurde oder mit verunreinigten Händen angefasst wurde.
- Umgang mit landwirtschaftlich genutzten Tieren (Wiederkäuer), wie Rinder, Schafe und Ziegen. Die Tiere sind dabei unauffällig, so dass die EHEC-Problematik für den Tierhalter nicht erkennbar ist.
- Verunreinigtes Wasser (beim Baden).

Solange Keime im Stuhl ausgeschieden werden, ist eine Ansteckungsgefahr für andere

gegeben, unabhängig von Symptomen beim Ausscheider.

Dabei können schon sehr geringe Bakterienmengen zu einer Infektion führen.

## **Schutz vor EHEC – allgemeine Maßnahmen**

Die Bakterien werden mit dem Stuhl ausgeschieden und können durch winzige Stuhlspuren an den Händen (Schmierinfektion) weiter verbreitet werden (mit verunreinigter Hand sich in den Mundbereich fassen oder mit der verunreinigten Hand Lebensmittel kontaminieren).

Eine gute Händehygiene ist daher ein guter Schutz, um Übertragungen zu verhindern.

### **Im Privathaushalt gilt:**

Gründliches Händewaschen geschieht am Besten durch Flüssigseife, auch bewusst zwischen den Fingern, an Fingerkuppen und Nagelfalzen waschen. Nach gründlichem Abspülen mit einem sauberen Handtuch die Hände abtrocknen.

### **Wann?**

Vor dem Umgang mit Lebensmitteln und auch während der Speisenzubereitung, nach dem Toilettengang oder Umgang mit Stuhl (z. B. Windeln).

### **Lebensmittelhygiene:**

Detaillierte Tipps zu Lebensmittelhygiene sind auf der Homepage des Bundesinstituts für Risikobewertung (WfR) unter „[www.wfr.bund.de](http://www.wfr.bund.de)“ zu finden.

### **Die wichtigsten Lebensmittelhygieneregeln sind:**

- Durchfallerkrankte sollen keine Speisen für andere zubereiten.
- Lebensmittel tierischer Herkunft und andere leicht verderbliche Waren sind nach dem Einkauf im Kühlschrank aufzubewahren und rasch zu verbrauchen.
- Tierische Lebensmittel vor dem Verzehr für mindestens 10 Minuten bei über 70 Grad erhitzen.
- Speisen nicht warmhalten.
- Rohmilch auf keinen Fall Säuglingen, Kleinkindern, älteren oder immungeschwächten Personen geben oder vorher abkochen.
- Auftauwasser von gefrorenem Fleisch separat auffangen und sofort in den Abguss schütten.  
Alle Gegenstände die damit in Berührung gekommen sind sofort gründlich mit heißem Wasser reinigen.
- Geschirr bei voller Temperaturleistung in der Maschine spülen.

### **In meiner Familie ist jemand an EHEC erkrankt - wie schütze ich mich?**

Prinzipiell gilt das oben Gesagte über die Standardhygiene auch für das Verhalten eines EHEC-Erkrankten. Der körperliche Kontakt zu einem EHEC-Erkrankten sollte minimiert werden. Unumgängliche körperliche Kontakte - z.B. bei der Körperpflege - sollten mit Handschuhen und Schutzkleidung (am besten Einmalkittel) erfolgen.

Die größte Übertragungsgefahr dürfte auch hier von den Händen ausgehen. Um sich nicht unbewusst in der Mund-Nasen-Region anzufassen, ist zu überlegen, ob man einen Mundschutz trägt. Nach der Pflege sollten die Handschuhe im Krankenzimmer in einem mit Deckel versehenen Abfalleimer entsorgt werden. Die Hände selbst sollten mit einem alkoholischen Händedesinfektionsmittel desinfiziert werden (Apotheke). Hierbei sind ca. 3 ml Desinfektionsmittel in die Hohlhand zu geben und diese sorgfältig in beide Hände einzureiben. Besonders sind die Stellen zwischen den Fingern, die Nagelfalzen und die Fingerkuppen zu berücksichtigen.

Wichtig ist, dass nach der Händedesinfektion die Türgriffe zum Krankenzimmer nicht mehr angefasst werden. Die Türklinken selbst sollten mehrmals am Tag und nach jedem Anfassen durch den Patienten wischdesinfiziert werden (bewährt haben sich Einmaldesinfektionstücher).

So lange ich mit einem EHEC-Erkrankten/Ausscheider innerhalb einer Familie zusammenlebe, bin ich selbst ansteckungsverdächtig. Es gilt dann auch hier die gesetzliche Regelung, dass ich weder Lebensmittel berühren darf, welche für Gemeinschaftsverpflegung bestimmt ist, noch Gemeinschaftseinrichtungen (siehe oben) betreten darf. Eine Wiederezulassung ist nach Gesundung des Patienten nach Maßgabe des Gesundheitsamtes (Vorlage von 3 negativen Stuhlbefunden) möglich.

### **Ich habe EHEC, wie schütze ich andere?**

Die allgemeinen Hygienemaßnahmen treffen auch jetzt zu - siehe oben.

Der Betroffene sollte nach Möglichkeit eine eigene Toilette haben. Die Flächen, die mit Haut in Berührung kommen, sollten nach jeder Benutzung mit einem Flächendesinfektionsmittel abgerieben werden. Toilette und Sanitärbereich sollten einmal täglich gründlich gereinigt werden. Typische Handkontaktflächen, wie Wasserhähne, Türklinken sollten zusätzlich mit einem Flächendesinfektionsmittel abgerieben werden.

Der direkte Kontakt zu Angehörigen sollte minimiert werden. Gebrauchsgegenstände wie Handtücher, Stückseife, Kleidung u.ä. sollten nicht mit anderen Personen geteilt werden.

Menschen, die EHEC ausscheiden, dürfen keine Lebensmittel berühren, welche zur Gemeinschaftsverpflegung bestimmt sind - sie sollten nach Möglichkeit keine Lebensmittel berühren, die für Familienangehörige vorgesehen sind oder gar Speisen für die Familie zubereiten.

EHEC-Ausscheider dürfen keine Gemeinschaftseinrichtungen (Schulen, Kindergärten, Altenheime,...) betreten.

Die obigen Regelungen können erst dann vom Gesundheitsamt aufgehoben werden, wenn 3 Laboruntersuchungen des Stuhls keine EHEC mehr nachweisen.

### **Zum Risiko, an EHEC zu erkranken (Stand 01.06.2011):**

Die jetzigen Fälle an EHEC bzw. HUS haben sich fast ausnahmslos in Norddeutschland und in Hessen angesteckt. Die wenigen Fälle, welche bisher in unserem Raum Landkreis Alzey-Worms/Stadt Worms aufgetreten sind, hatten ebenfalls eine Verbindung nach Norddeutschland (Urlaub). Das Risiko bei uns, an

EHEC zu erkranken beträgt offensichtlich weniger als 1/100.000. Das Risiko kann durch einen Verzicht auf Lebensmittel, welche theoretisch mit EHEC belastet sein könnten, wie z.B. Sprossen, weiterhin verringert werden. Lebensmittel, welche in unserer Region produziert wurden, haben bisher keinen Hinweis gegeben, an der Infektkette beteiligt zu sein. Dennoch empfiehlt das Robert-Koch-Institut, derzeit generell auf die oben genannten Lebensmittel zu verzichten.

### **Nachtrag**

#### **Was ist HUS?**

Die Abkürzung steht für Hämolytisches Urämisches Syndrom und stellt eine besonders schwere Verlaufsform einer EHEC-Infektion dar. Diese ist gekennzeichnet mit Zerstörung von roten Blutkörperchen und Blutplättchen und/oder Organschädigungen - insbesondere Nierenschädigung bis hin zu Nierenversagen. Es handelt sich um eine lebensgefährliche Erkrankung, welche nur in einem Krankenhaus behandelt werden kann.

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.rki.de](http://www.rki.de).  
Telefonisch geben wir auch gerne persönlich Auskunft unter Tel: 06731 / 408-6261.

**Ihr Gesundheitsamt Alzey-Worms**