

EHEC-Bakterien

Hygienetipps und Hinweise zum Umgang mit Erkrankten

1 Was ist EHEC und wie erfolgt die Übertragung?

EHEC-Erreger gehören zur Gruppe der Escherichia Coli-Bakterien. Natürlicherweise kommen sie im Darm von Wiederkäuern (z. B. Rindern, Ziegen, Schafen) vor und werden mit dem Kot der Tiere ausgeschieden. In der Umwelt, im Boden und im Wasser können die Erreger wochenlang überleben. Beim Schlachten und Melken können sie auf tierische Lebensmittel und über verunreinigtes Wasser und durch Düngen mit Gülle oder Mist auch auf pflanzliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse gelangen.

EHEC-Infektionen werden auf vielfältige Art und Weise übertragen. Dabei handelt es sich stets um die unbeabsichtigte orale Aufnahme von Fäkalspuren, wie z. B. bei Kontakt zu Wiederkäuern oder beim Verzehr verunreinigter Lebensmittel. Darüber hinaus können EHEC-Bakterien durch kontaminiertes Wasser (z. B. beim Baden) übertragen werden. Auch Schmierinfektionen sind bei Kontakt zu erkrankten Personen ein Übertragungsweg. Die Aufnahme von wenigen Bakterien kann schon zu einer Infektion führen.

Eine Untersuchung vom RKI ergab, dass bei Kindern unter drei Jahren der direkte Kontakt zu Wiederkäuern (z. B. Schaf oder Ziege im Streichelzoo) das höchste Erkrankungsrisiko abbildet. Weitere Risikofaktoren sind der Konsum von Rohmilch (nicht hitzebehandelte Milch direkt von der Kuh) und das Vorkommen von Durchfall bei Familienmitgliedern. Bei Kindern über neun Jahren und Erwachsenen hingegen handelt es sich wahrscheinlich in erster Linie um lebensmittelbedingte Erkrankungen, wobei insbesondere der Verzehr von Lammfleisch und von streichfähigen Rohwürsten (Zwiebelmettwurst, Streichmettwurst, Teewurst) mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko behaftet ist.

EHEC- Infektionen können alle Altersgruppen betreffen. Oft verläuft die Infektion ohne Symptome. Meist geht sie mit leichten Magen-Darm-Beschwerden oder mit Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen und wässrigen Durchfällen einher. Säuglinge, Kleinkinder, alte Menschen und abwehrgeschwächte Personen erkranken häufiger schwer, da ihr Immunsystem noch nicht oder nicht mehr voll arbeitet. Bei ihnen kann sich das gefürchtete Hämolytisch-urämische Syndrom HUS entwickeln.

2 Was ist zu tun, um sich selbst und andere, z. B. in Kindertagesstätten und Schulen, vor dem Erreger zu schützen?

Gilt immer: Häufiges und gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife, auch in den Fingerzwischenräumen und für mindestens 20 Sekunden!

Ganz besonders wichtig ist das:

- nach dem Toilettengang
- vor dem Essen
- vor, während und nach der Nahrungszubereitung
- nach dem Kontakt mit Tieren, z.B. im Streichelzoo
- nach dem Spielen im Freien

Zudem ist auf Lebensmittelhygiene zu achten, das bedeutet:

- Obst und Gemüse gründlich waschen, ggf. schälen
- keine Rohmilch / Rohmilchprodukte verzehren oder die Milch vor dem Verzehr abkochen
- Fleisch nur durchgegart verzehren
- keine gemeinsamen Schneidebretter für rohes Fleisch und Gemüse verwenden
- Lagerbedingungen für Lebensmittel einhalten (z. B. Kühlschrank für verderbliche Lebensmittel)

3 Was ist zu tun, wenn jemand erkrankt ist?

- Wenn ein Familienmitglied an einem Magen-Darm-Infekt erkrankt ist, empfiehlt es sich, diese Person in der Häuslichkeit räumlich zu separieren (eigenes Zimmer). Falls mehrere Toiletten zur Verfügung stehen, sollte der Erkrankte eine Toilette allein nutzen. Falls nicht, sollte jedes Familienmitglied ein eigenes Händehandtuch verwenden. Diese sollten häufig gewechselt werden (Waschen bei 60°C).
- Sorgfältiges Händewaschen mit Seife ist die wichtigste Maßnahme, um Übertragungen auf andere Personen zu vermeiden.
- Der Erkrankte sollte möglichst keine Speisen für die Familie zubereiten.
- Bei EHEC-Erkrankungen in der Familie oder in Gemeinschaftseinrichtungen kann der Einsatz von Hände- sowie Flächendesinfektionsmitteln sinnvoll sein, weil die Erregerdosis, die zu einer Infektion führt, so gering ist. Hierzu berät Sie ihr Gesundheitsamt.

4 Regelungen nach § 34 Infektionsschutzgesetz

An EHEC sowie HUS-Erkrankte dürfen gemäß §34 Infektionsschutzgesetz Gemeinschaftseinrichtungen nicht besuchen. Ein Betretungsverbot gilt auch für Ausscheider und Kontaktpersonen, wenn es sich um einen HUS-Fall handelt bzw. ein bestimmtes Shigatoxin nachgewiesen wurde (siehe Tabelle).

	HUS- oder an einem HUS-assoziierten EHEC-Stamm Erkrankte	Ausscheider von einem HUS-assoziierten EHEC-Stamm	enge Kontaktperson von HUS-Erkrankungen (bspw. Haushalt, Krippengruppe)	Erkrankung mit EHEC-Stamm, der nicht mit HUS in Verbindung steht	Ausscheider von einem EHEC-Stamm, der nicht mit HUS in Verbindung steht
Wiederzulassung	Genesung sowie zwei negative Stuhlproben	zwei negative Stuhlproben	eine negative Stuhlprobe	48h nach Abklingen der Symptome	Einhaltung von Hygienemaßnahmen (keine Stuhlproben)

Das Gesundheitsamt vor Ort steht bei EHEC und HUS-Erkrankungen in engem Kontakt mit den betroffenen Familien. Bei schweren Durchfallerkrankungen oder blutigen Durchfällen sollte eine Arztpraxis aufgesucht werden und eine Laboruntersuchung auf Durchfallerreger sowie EHEC-Bakterien erfolgen.

Quellen: RKI - RKI-Ratgeber - EHEC-Erkrankung, [Infektionsschutz.de: EHEC](https://www.infektionsschutz.de/EHEC),
[Empfehlungen für die Wiederzulassung zu Gemeinschaftseinrichtungen gemäß § 34 Infektionsschutzgesetz](#)