

EHEC: Vorbeugen ist das A&O

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Deutschland hat im Mai einen Ausbruch des EHEC-Erregers erlebt wie selten zuvor. Binnen weniger Tage wurden hunderte Fälle gemeldet, dutzende Menschen erlitten schwere Komplikationen, auch Todesfälle wurden gemeldet. Zum Vergleich: Jedes Jahr erkranken im Schnitt gerade einmal 1000 Menschen in Deutschland, jetzt waren es in zwei Wochen allein rund 500.

Bei vielen Menschen herrscht deswegen Verunsicherung, für manche ist der Name EHEC unbekannt und neu. Wir beantworten die wichtigsten Fragen.

■ Was ist EHEC überhaupt?

EHEC steht für enterohämorrhagisches Escherichia coli, eine besondere Form des Colibakteriums. E.-coli sind gewöhnliche und sogar wichtige Darmbesiedler, sie tragen zu einer gesunden Darmflora bei.

Einige Arten, darunter auch EHEC, sind jedoch Krankheitserreger. Zwei Merkmale zeichnen EHEC aus: Einerseits ist er äußerst beständig, er überlebt Säure und Kälte. In der freien Umwelt kann er etliche Monate überdauern. Schon weniger als 100 dieser Bakterien reichen aus, um sich zu infizieren.

Das zweite und gefährliche Merkmal ist die „Giftigkeit“. EHEC produziert das Gift Shiga-toxin, benannt nach seinem Entdecker Kiyoshi Shiga.

Über eine Art bakterielle Injektionsnadel bringt EHEC dieses Gift in die Körperzelle ein, die kurz darauf abstirbt. Zunächst sind die Schleimhäute im

Dickdarm betroffen, später gelangt das Gift über die Blutbahn und Lymphgefäße auch in andere Organe, bevorzugt die Nieren. Dort sterben durch das Gift Blutzellen und Zellen der Innenwände in den Arterien ab – es bilden sich Gerinnsel, die die feinen Gefäße verstopfen und zu einem Nierenversagen führen können.

■ Wie kann ich mich schützen?

Typisches Reservoir für EHEC sind Wiederkäuer, vor allem Kühe. Über mit Tierkot verunreinigte Lebensmittel kann es zu Infektionen kommen. Übertragen werden die Keime über rohes Fleisch und Wurst, unpasteurisierte Milch, sowie Salat, Obst und Gemüse. Das A&O ist deshalb die Hygiene der Lebensmittel. Fleisch und Gemüse sollten bei 70 Grad Celsius für zehn Minuten gegart werden. Gibt es bereits Fälle in der Familie, ist regelmäßiges Händewaschen ein absolutes Muss.

■ Wann sollte ich zum Arzt?

Etwa zwei bis fünf Tage nach der Infektion bilden sich erste Symptome: Auffällig sind wässriger Durchfall und zunehmende Bauchschmerzen. Wenige Betroffene entwickeln auch Fieber. Bei etwa der Hälfte aller Infizierten entwickelt sich in den folgenden Tagen ein blutiger Durchfall, ein Risiko für spätere Komplikationen.

Spätestens jetzt sollten Sie einen Arzt oder am Wochenende den Notdienst aufsuchen. Denn in rund zehn Prozent der Fälle kommt es zu dem gefährlichen

hämolytisch-urämisches Syndrom (HUS), das bis zum Nierenversagen führen kann.

■ Gibt es Therapien?

Für EHEC gibt es weder einen Impfstoff noch eine Therapie, die an der Ursache ansetzt. Wichtig ist deshalb eine schnelle Diagnose, da in erster Linie die Symptome bekämpft werden. Dies geschieht in der Regel stationär.

Wichtig ist zunächst die Flüssigkeitszufuhr mit Mineralien, etwa über Infusionen. Bei starken Symptomen werden die Ärzte versuchen, über eine Blutwäsche (Apherese) den Körper zu entgiften. Sind die Nieren bereits betroffen, ist schließlich eine Dialyse notwendig.

Antibiotika werden, anders als man es zunächst vermuten würde, bei EHEC-Infektionen nicht verwendet. Das Problem: Durch sie werden die Bakterien zwar zerstört, dadurch wird aber auch in kurzer Zeit eine Menge des Giftes freigesetzt, mit der Folge einer Verschlechterung des Zustands.

■ Gibt es auch Hausmittel?

Bei Hausmitteln heißt es in diesem Fall: Finger weg! Viele Menschen haben Mittel gegen Durchfälle in der Hausapotheke. Verwenden Sie diese Produkt nicht, da sie die Darmbewegung hemmen und so die Ausscheidung der Gifte verzögert wird. Auch Naturheilpräparate oder Cola und Salzstangen werden die Ursache nicht bekämpfen. Sprechen Sie mit ihrem Arzt!