

# ÄRZTE & ZEITUNG

## PATIENTEN-INFORMATION

## EHEC: Vorbeugen ist das A&O

### *Sehr geehrter Patientin, sehr geehrter Patient,*

Deutschland hat im Mai einen Ausbruch des EHEC-Erregers erlebt wie selten zuvor. Binnen weniger Tage wurden hunderte Fälle gemeldet. Jedes Jahr erkranken im Schnitt rund 1000 Menschen, jetzt waren es in zwei Wochen allein rund 500. Bei vielen Menschen herrscht Verunsicherung, manchem ist der Name EHEC neu. Wir beantworten die wichtigsten Fragen.

#### ■ Was ist EHEC überhaupt?

EHEC steht für enterohämorrhagisches *Escherichia coli*, eine besondere Form des Colibakteriums. *E.-coli* sind wichtige Darmbesiedler für eine gesunde Darmflora. Einige Typen jedoch, darunter auch EHEC, sind Krankheitserreger. Zwei Merkmale zeichnen EHEC aus: Er ist äußerst beständig, überlebt Säure und Kälte. In der freien Umwelt kann er Monate überdauern. Weniger als 100 dieser Bakterien reichen für eine Infektion. Das zweite Merkmal ist die „Giftigkeit“. EHEC produziert das Gift Shigatoxin. Über eine bakterielle Injektionsnadel bringt das Bakterium dieses Gift in die Körperzellen ein, die kurz darauf absterben. Zunächst sind die Schleimhäute im Dickdarm be-

troffen, später gelangt das Gift über Blut und Lymphe in andere Organe, bevorzugt die Nieren. Dort sterben Blutzellen und Zellen der Gefäßinnenwände ab: Es bilden sich Gerinnsel, die die feinen Gefäße verstopfen. Das Resultat ist ein Nierenversagen.

#### ■ Wie kann ich mich schützen?

Reservoir für EHEC sind Wiederkäuer, vor allem Kühe. Mit Tierkot verunreinigte Lebensmittel können Infektionen auslösen. Übertragen wird EHEC über rohes Fleisch, Wurst, unpasteurisierte Milch, Salat, Obst und Gemüse. A&O sind saubere Lebensmittel. Fleisch und Gemüse sollten bei 70 Grad zehn Minuten gegart werden. Gibt es Fälle in der Familie, ist regelmäßiges Händewaschen ein Muss.

#### ■ Wann sollte ich zum Arzt?

Zwei bis fünf Tage nach der Infektion kommt es zu wässrigem Durchfall und zunehmenden Bauchschmerzen, selten Fieber. Etwa die Hälfte entwickelt später blutigen Durchfall. Spätestens jetzt sollten Sie einen Arzt oder am Wochenende der Notdienst aufsuchen. Denn in rund zehn Prozent der Fälle kommt es zum hämolytisch-urämischem

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

#### ■ Gibt es Therapien?

Für EHEC gibt es keinen Impfstoff und keine ursächliche Therapie. Wichtig ist die schnelle Diagnose, denn in erster Linie werden Symptome bekämpft. Dann braucht der Körper Flüssigkeitszufuhr mit Mineralien, etwa über Infusionen. Bei starken Symptomen werden die Ärzte eine Blutwäsche (Apherese) bzw. einen Plasmaaustausch durchführen. Sind die Nieren betroffen, ist eine Dialyse notwendig. Antibiotika können bei EHEC-Infektionen nicht verwendet werden. Durch sie werden die Bakterien zwar zerstört, dadurch aber die Bakteriengifte in hoher Menge freigesetzt.

#### ■ Gibt es auch Hausmittel?

Bei Hausmitteln heißt es: Finger weg! Viele Menschen haben Mittel gegen Durchfälle zu Hause. Verwenden Sie diese Produkte nicht, da sie die Darmbewegung hemmen und so die Ausscheidung der Gifte verzögern. Auch Naturheilmittel oder Cola und Salzstangen werden die Ursache nicht bekämpfen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt!

 Springer Medizin

Überreicht  
von



**Internistische  
Gesundheitspraxis**

Hochstr. 2c, 64385 Reichelsheim  
Tel: 06164 - 32 56 Fax: - 55 272