



Informationsblatt EHEC-Erreger

Die Abkürzung EHEC steht für Enterohämorrhagischer Escherichia coli. Coli-Bakterien sind natürliche Bewohner des Darmes von Mensch und Tier. Die Gruppe der EHEC-Erreger innerhalb der Coli-Bakterien ist gekennzeichnet durch die Bildung von Zellgiften, den sog. Verotoxinen und andere für den Menschen krankmachende Faktoren. Sie können schwerste Erkrankungen, wie z.B. das Hämorrhagisch-urämische Syndrom (HUS) verursachen.

EHEC-Infektionen kommen weltweit vor. Die ersten Berichte über EHEC-Epidemien stammten aus Kanada und den USA zu Beginn der 80er Jahre. In Deutschland häuften sich Mitteilungen über EHEC-Infektionen seit einer in Bayern aufgetretenen Epidemie im Jahre 1995. 2011 umfasste ein EHEC-Ausbruch in Deutschland 4000 Erkrankungen, mehr als 800 schwere klinische Verläufe und 50 Todesfälle. Ursächlich für diesen Ausbruch waren Sprossen von aus Ägypten importierten Bockshornkleesamen verantwortlich zu machen.

Krankheitszeichen

Die Erkrankungen haben sehr unterschiedliche Verlaufsformen. Bei leichten Beschwerden bleiben sie häufig unerkannt. EHEC-Infektionen äußern sich anfangs vor allem in Form von Durchfall, mit unterschiedlichem Schweregrad (wässrig bis blutiger Stuhl), über Leibschmerzen bis hin zu schweren, lebensbedrohlichen Komplikationen (5 bis 10% der Erkrankten). Hierzu gehört akutes Nierenversagen (HUS) aufgrund der vorausgegangenen Auflösung der roten Blutkörperchen. Die Erkrankung endet oft mit späterer dauerhafter Dialysepflicht oder zentralnervösen Störungen und Hautblutungen. Bis zu 10 % der HUS-Fälle enden tödlich.

EHEC-Infektionen kommen bei Menschen aller Altersgruppen vor, **besonders gefährdet sind Säuglinge, Kleinkinder, jüngere Schulkinder, kranke, sonstige immungeschwächte und ältere Menschen (nachfolgend Risikopersonen genannt).**

Ursachen von EHEC-Infektionen

Landwirtschaftliche Nutztiere (vor allem Rinder und kleine Wiederkäuer) sowie Wildwiederkäuer gelten als das primäre Reservoir für EHEC-Bakterien. Die Tiere selbst zeigen meist keine Krankheitssymptome. Die von diesen Tieren gewonnenen und mit EHEC-Bakterien verunreinigten Lebensmittel, besonders rohes oder nicht ausreichend erhitztes Fleisch und Fleischprodukte sowie nicht pasteurisierte Milch, gelten als die bedeutendsten Infektionsquellen. Aber auch Lebensmittel pflanzlicher Herkunft (s. wie oben Sprossen) sind ursächlich in Betracht zu ziehen.

Daneben sind die Schmier- und Schmutzinfektionen im Zusammenhang mit engem Personen- und Tierkontakt als mögliche Übertragungswege zu beachten.

Besonderheiten des EHEC-Erregers

Gegenüber äußeren Einflüssen, wie z.B. dem pH-Wert, sind EHEC-Keime sehr widerstandsfähig. Deshalb überleben EHEC-Keime ohne Probleme die Passage durch das saure Magenmilieu. Schon eine geringe Erregermenge ist zur Auslösung einer Infektion ausreichend. Der EHEC-Erreger ist durch eine hohe Infektiosität gekennzeichnet.

Sind EHEC-Bakterien zu beherrschen?

Die Forderung nach der Ausrottung des Erregers bzw. der Schaffung EHEC-freier Bestände ist derzeit nicht realistisch.

Dennoch kann der Verbraucher durch sein Verhalten entscheidend dazu beitragen, EHEC-Infektionen zu vermeiden. Bei Beachtung folgender Hygieneregeln, die im Übrigen auch Gültigkeit zur Verhütung von Lebensmittelinfektionen durch andere Erreger haben, kann sich der Verbraucher vor EHEC-Infektionen schützen:

Regeln zur Verhütung von EHEC-Infektionen

- Rohmilch ("Milch ab Hof") sollte nur nach entsprechender Wärmebehandlung verzehrt werden. Der bei der Abgabestelle im Erzeugerbetrieb gesetzlich vorgeschriebene Hinweis "Rohmilch, vor dem Verzehr abkochen" sollte auch eingehalten werden.
- Vorzugsmilch ist Rohmilch, die besonders strengen hygienischen Anforderungen und Maßnahmen im Erzeugerbetrieb unterliegt. Dennoch sollte sie von Verbrauchern, die zu den Risikopersonen gehören, vor dem Verzehr erhitzt werden. Pasteurisierte Milch oder H-Milch sind unbedenklich.
- Risikopersonen sollten auf den Verzehr von rohem Fleisch (Hackfleisch), frischer Rohwurst, Rohmilchkäse und rohe Sprossen / Keimlinge verzichten.
- Fleisch muss immer gut durchgegart werden! Ein Erhitzen von Lebensmitteln (mind. 10 min auf 70°C) tötet etwaige EHEC-Erreger ab und inaktiviert die gebildeten Toxine. Beim Garen in der Mikrowelle sind entsprechend ausreichende Garzeiten zu wählen.
- Rohe und gegarte Lebensmittel müssen getrennt gelagert werden. Gleichzeitiges Hantieren ist möglichst zu vermeiden!
- Nach jedem Toilettengang, vor, während und nach der Zubereitung von Lebensmitteln, vor allem nach dem Bearbeiten von rohem Fleisch sind die Hände gründlich zu waschen!
- Gleiches gilt nach jedem Tierkontakt und Kontakt mit kranken Personen.
- Arbeitsflächen und Gerätschaften müssen nach jedem Arbeitsgang gründlich gereinigt werden.