



Hepatitis E

Was ist Hepatitis E?

Hepatitis E ist eine übertragbare Erkrankung der Leber. Die Krankheit wird ausgelöst durch das Hepatitis E-Virus. Das Virus unterteilt sich in verschiedene Gruppen. In Deutschland gibt es vor allem die Gruppe des sogenannten „Genotyp 3“. In Asien und Afrika ist der sogenannten „Genotyp 1“ und „Genotyp 2“ häufig. Hepatitis E wird in Deutschland in den letzten Jahren häufiger von Ärztinnen und Ärzten festgestellt. Die Krankheitszeichen von Hepatitis E ähneln den Krankheitszeichen von Hepatitis A, Hepatitis B und Hepatitis C. Die Krankheiten sind aber unterschiedlich im Verlauf und in den Möglichkeiten der Verhinderung.

Wie wird Hepatitis E übertragen?

- Der in Deutschland häufige Hepatitis-E-Virus mit dem Genotyp 3 kommt vor allem in Schweinen vor. Hepatitis-E-Virus mit dem Genotyp 3 wird insbesondere über Lebensmittel übertragen. Nicht ausreichend erhitztes Schweinefleisch und Wildfleisch sind besonders häufig betroffene Lebensmittel. Auch durch den Verzehr von Muscheln, die das Hepatitis-E-Virus aus dem Wasser filtern, kann man sich anstecken. Menschen können Hepatitis-E-Virus mit dem Genotyp 3 vermutlich nur in Ausnahmefällen an andere Menschen weitergeben.
- Die im Ausland häufigen Hepatitis-E-Virus mit den Genotypen 1 und 2 kommt nur bei Menschen vor. Erkrankte Menschen scheiden die Viren mit dem Kot aus. Spuren vom Kot können ins Trinkwasser oder auf Lebensmittel gelangen. Über diese Lebensmittel können die Viren dann weitergeben werden. Bei den Genotypen 1 und 2 kann es auch zu einer direkten Übertragung von Mensch zu Mensch durch eine Schmierinfektion kommen.
- Alle Genotypen können auch über Blut übertragen werden. Ab 2019 müssen in Deutschland Blutprodukte auf Hepatitis E überprüft werden.

Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

In den meisten Fällen haben infizierte Personen keine Krankheitszeichen. Wenn Krankheitszeichen auftreten, bestehen diese meistens aus vorübergehenden Bauchschmerzen oder anderen Magen-Darm-Beschwerden. In seltenen Fällen kann aber eine gefährliche Leberentzündung auftreten. Dann kann es zu einer Gelbfärbung von Haut und Augen sowie einer Dunkelfärbung des Urins und Hellfärbung des Stuhls kommen. Es können zusätzlich Fieber und ein starkes Krankheitsgefühl auftreten. Auch das Gehirn oder die Nerven können betroffen sein. In ganz seltenen Fällen sterben Menschen aufgrund einer Hepatitis E. Bei Menschen mit stark geschwächtem Immunsystem, zum Beispiel nach einer Transplantation, kann die Infektion über lange Zeit anhalten und zu einer Leberzerstörung führen.

Wann bricht die Erkrankung aus und wie lange ist man ansteckend?

Die Krankheit beginnt zwischen 15 und 64 Tagen nach der Aufnahme des Erregers. Wie lange Personen ansteckend sind, ist noch nicht vollständig geklärt. Der Erreger wird aber mehrere Wochen nach der Erkrankung ausgeschieden. In seltenen Fällen auch lebenslang. Eine lebenslange Ausscheidung ist bei Personen mit einem transplantierten Organ häufiger.



Wer ist besonders gefährdet?

In Deutschland findet man die Erkrankung vor allem bei Männern über 40 Jahren. Menschen mit einem stark geschwächten Abwehrsystem können eher besonders schwere Verläufe haben. Ein geschwächtes Abwehrsystem haben zum Beispiel Menschen mit unbehandelter HIV oder bestimmten Krebserkrankungen. Auch Personen mit einer Leberkrankheit sind besonders gefährdet. Der im Ausland vorkommende Genotyp 1 ist für Schwangere gefährlich.

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- Erkrankte Personen sollten sich häufig gründlich die Hände waschen, vor allem nach dem Toilettengang oder vor dem Zubereiten von Lebensmitteln. Dies gilt insbesondere, wenn die Erkrankung im Ausland erworben wurde.
- Die Leib- und Bettwäsche, Waschlappen und Handtücher von erkrankten Personen sollte mit einem Vollwaschmittel bei mindestens 60°C (besser 90°C) gewaschen werden. Dies gilt insbesondere, wenn die Erkrankung im Ausland erworben wurde.
- Erkrankte Personen sollten den Kontakt zu Menschen mit einem stark geschwächten Abwehrsystem oder Menschen mit einer Lebererkrankung vermeiden. Wenn die Hepatitis E im Ausland erworben wurde, sollte auch der Kontakt mit Schwangeren vermieden werden. Dies gilt bis ca. 4 Wochen nach Beginn der Erkrankung.
- Erkrankte Personen und auch Menschen, die im selben Haushalt leben, dürfen bestimmte Einrichtungen, zum Beispiel Schulen oder Kindergärten, nicht betreten. Das zuständige Gesundheitsamt legt die genaue Dauer oder mögliche Ausnahmen fest.
- Personen, die beruflich mit bestimmten Lebensmitteln zu tun haben und an Hepatitis E erkrankt sein, dürfen vorübergehend nicht arbeiten. Den genauen Zeitraum bestimmt das zuständige Gesundheitsamt.
- Kinder und Erwachsene, bei denen Hepatitis E festgestellt wurde dürfen Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten vorübergehend nicht besuchen oder dort tätig sein. Dies gilt auch für Personen, in deren Wohngemeinschaft ein Krankheits- oder Verdachtsfall aufgetreten ist. Den genauen Zeitraum bestimmt das zuständige Gesundheitsamt. Betroffene müssen die Gemeinschaftseinrichtung über die Erkrankung informieren.

Wie kann ich mich schützen?

Gute Küchenhygiene

- Rohes Fleisch sollte getrennt von anderen Lebensmitteln gelagert und zubereitet werden. Fleisch sollte vor dem Verzehr mindestens 10 Minuten lang auf mindestens 70°C erhitzt werden.
- Verwenden Sie getrennte Arbeitsflächen und Küchenutensilien wie Brettchen oder Messer für rohe Fleischprodukte. Spülen Sie die Küchenutensilien anschließend gründlich mit warmen Wasser und Spülmittel oder tun Sie die Küchenutensilien in den Geschirrspüler. Waschen Sie sich anschließend sorgfältig die Hände mit Seife.
- Menschen mit schwachem Abwehrsystem wie Kleinkinder, Schwangere, Senioren oder schwer erkrankte Menschen sollten auf den Verzehr von Rohwürsten sowie Rohmilchkäse verzichten.

Reisehygiene



- Achten Sie bei Reisen in Ländern mit niedrigen Hygienestandards auf gute persönliche Hygiene. Trinken Sie nur Wasser sicheren Ursprungs, zum Beispiel Flaschenwasser mit Kohlensäure. Nehmen Sie nur vollständig erhitzte Speisen zu sich. Schälen oder Kochen Sie Obst und Gemüse.

Wo kann ich mich informieren?

Ihre Hausärztin oder ihr Hausarzt kann Ihnen kompetent weiterhelfen. Fachärztinnen oder Fachärzte für Gastroenterologie oder Infektiologie sind auf die Erkrankung spezialisiert. Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für Beratung zur Verfügung. Weitere Informationen finden Sie auch im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Institutes. Reisemedizinische Informationen für jedes Land werden auf der Seite des Auswärtigen Amtes veröffentlicht.