



Shigellose

Was ist eine Shigellose?

Shigellen sind Bakterien. Sie kommen weltweit vor. Die meisten Infektionen gibt es in warmen Monaten. Für ihre Verbreitung spielt mangelnde Hygiene eine große Rolle. Die Aufnahme dieser Bakterien führt zu Durchfall beim Menschen. Die auftretende Erkrankung wird Shigellose, manchmal auch Shigellen-Enteritis oder Shigellenruhr genannt.

Wie wird eine Shigellose übertragen?

Shigellen werden über Kontakt - und Schmierinfektion von einem Mensch zum anderen übertragen. Kranke Personen scheiden Shigellen mit dem Stuhl aus. Weitere Übertragungsmöglichkeiten sind verunreinigte Lebensmittel, verunreinigtes Trinkwasser und Badegewässer. Folgende Wege kommen häufig vor:

- Wenn sich erkrankte Personen nach dem Toilettengang nicht die Hände waschen, können sie über die Hände oder berührte Gegenstände die Erreger auf andere Menschen übertragen.
- Wenn erkrankte Personen Essen zubereiten, können die Erreger dabei auf die Lebensmittel übertragen werden. Beim Essen können die Erreger dann von anderen aufgenommen werden.
- Bei der Pflege und dem Windeln von erkrankten Kindern oder alten Menschen können Shigellen weitergegeben werden.
- Bei sexuellen Kontakten mit erkrankten Personen kann es zu Übertragungen kommen.
- Wenn erkrankte Personen in Badegewässern schwimmen, können Erreger ins Wasser gelangen und andere Menschen anstecken.
- In Ländern mit niedrigeren Hygienestandards kann auch verunreinigtes Trinkwasser eine Ansteckungsquelle sein.
- Shigellen können auch durch Fliegen auf Lebensmittel gelangen.

Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Üblicherweise bekommt man krampfartige Bauchschmerzen, Fieber, Durchfall und schmerzhaften Stuhlgang. Der Durchfall kann dabei blutig, schleimig oder eitrig sein. Die Erkrankung kann auch mit milden Krankheitszeichen auftreten. Selten gibt es schwere Verlaufsformen bis hin zum Nierenversagen.

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

Die Zeit von der Ansteckung bis zur Erkrankung beträgt etwa 1-4 Tage. Die Erkrankung kann wenige Tage bis zu einigen Wochen andauern. Ansteckend ist die Person solange die Bakterien über den Stuhl ausgeschieden werden, meistens 1 bis 4 Wochen nach der akuten Krankheitsphase. Eine Behandlung mit Antibiotika wird empfohlen. Sie kann die Weiterverbreitung verhindern und die Krankheitsdauer verkürzen.



Wer ist besonders gefährdet?

Häufig sind Kinder und junge Erwachsene betroffen. Die Infektion steht auch in Zusammenhang mit Reisen ins Ausland, vor allem in Länder mit niedrigen Hygienestandards. Bei bestimmten Sexualpraktiken kann es ebenfalls zu fäkal-oralen Shigellen-Übertragungen kommen. Männer, die Sex mit Männern haben, können daher häufiger betroffen sein.

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- Bei schweren Durchfallerkrankungen oder blutigen Stühlen sollten Sie eine*n Ärzt*in aufsuchen. Säuglinge, Kleinkinder, ältere und abwehrgeschwächte Menschen sollten in jedem Fall frühzeitig ärztlich untersucht werden.
- Kranke Personen sollten sich nach dem Toilettengang und vor dem Essen die Hände mit Seife waschen.
- Bei der Pflege und dem Wechseln von Windeln von erkrankten Personen sollte die pflegende Person sich die Hände mit Seife waschen.
- Kranke Personen sollten kein Essen oder Trinken für andere zubereiten.
- Kranke Personen sollten den engen Kontakt zu anderen Menschen nach Möglichkeit einschränken.
- Kranke Personen sollten, wenn möglich, eine eigene Toilette benutzen.
- Reinigen Sie Flächen und Gegenstände, die mit Körperflüssigkeiten und Ausscheidungen von Erkrankten in Kontakt gekommen sein könnten, sofort gründlich mit üblichen Reinigungsmitteln. Das betrifft zum Beispiel die Toilette. Dabei kann das Tragen von Einmalhandschuhen einen zusätzlichen Schutz vor Infektionen bieten. Waschen Sie sich nach dem Ausziehen der Handschuhe gründlich die Hände.
- Wechseln Sie Putztücher, Wäsche, Waschlappen und Handtücher von Erkrankten regelmäßig.
- Wäsche, die mit kranken Personen in Berührung gekommen ist, sollte bei mindestens 60°C gewaschen werden.
- Bei Erkrankungen durch Shigellen gelten die Regelungen des Infektionsschutzgesetzes. Kinder und Erwachsene, bei denen eine Infektion festgestellt wurde bzw. der Verdacht darauf besteht, 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. Betroffene müssen die Gemeinschaftseinrichtung über die Erkrankung informieren. Wann die Tätigkeit wieder aufgenommen bzw. die Gemeinschaftseinrichtung wieder besucht werden kann, entscheidet der*die behandelnde Ärzt*in und/oder das zuständige Gesundheitsamt.
- Sollten Sie beruflich mit bestimmten Lebensmitteln zu tun haben und an ansteckendem Erbrechen und/oder Durchfall erkrankt sein, dürfen Sie vorübergehend nicht arbeiten.

Wie kann ich mich schützen?

- Achten Sie auf gute Händehygiene vor dem Zubereiten von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang.
- Bei Reisen in Gebiete, in denen die Krankheit häufiger auftritt (z.B. Ägypten, Marokko, Tunesien, Indien) sollten Sie darauf achten, dass Speisen vor dem Verzehr gut erhitzt werden und das Trinken von Leitungswasser oder daraus hergestelltem Eis vermeiden.



- Vermeiden Sie Sexualpraktiken, bei denen es zu fäkal-oralen Übertragungen kommen kann, wenn der Geschlechtspartner noch Shigellen ausscheiden könnte.

Wo kann ich mich informieren?

Ihr*e Hausarzt*in kann Ihnen kompetent weiterhelfen. Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung und Wiedenzulassung zu Gemeinschaftseinrichtungen oder Arbeitsstätten zur Verfügung. Ärzt*innen beraten Sie insbesondere zu Ihrer eigenen Erkrankung. Weitere (Fach)- Informationen finden Sie auch im Internet auf den Seiten des Robert Koch Instituts. Reisemedizinische Informationen für jedes Land werden auf der Seite des Auswärtigen Amts veröffentlicht.