



Yersiniose

Was ist Yersiniose?

Yersiniose ist eine ansteckende Durchfall-Erkrankung. Sie wird verursacht durch Bakterien mit dem Namen *Yersinia enterocolitica* oder *Yersinia pseudotuberculosis*. Die Bakterien leben vor allem in Tieren, insbesondere Schweinen, aber auch in Nagetieren, Haasen und anderen Tieren. Meist erkranken die Tiere selber nicht an den Bakterien. In Deutschland gibt es in etwa 2500 Fälle pro Jahr.

Wie wird Yersiniose übertragen?

Meist wird Yersiniose durch Lebensmittel übertragen. Die Bakterien können bei der Herstellung auf das Lebensmittel gelangen und dort überleben. Am häufigsten betroffen ist Schweinefleisch (Hackepeter, Rohwurst). Rohmilch, verunreinigtes Trinkwasser, Salat und andere Lebensmittel können auch betroffen sein. Yersinien können sich auch bei Kühlschranktemperatur vermehren. Wer ein befallenes Lebensmittel roh isst, kann daran erkranken. Mangelnde Küchenhygiene kann dann dazu führen, dass sich ein Mensch an der Erkrankung ansteckt. Mangelnde Küchenhygiene ist es beispielsweise Schneidebretter oder Messer, nach der Zubereitung von rohem Fleisch nicht ordentlich sauber zu machen. Direkte Übertragungen von einem Menschen zum anderen oder von einem Tier auf einen Menschen sind selten.

Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Yersiniose ist eine Magen-Darm-Erkrankung. Übliche Krankheitszeichen sind Bauchschmerzen, Durchfälle und Fieber. Der Durchfall kann blutig sein. In der Regel dauert eine Yersiniose eine Woche bis drei Wochen. Manche erkrankte Personen entwickeln vor allem Schmerzen im Unterbauch, andere haben Zeichen eines grippalen Infekts. In Ausnahmefällen kann es zu Komplikation kommen. Komplikationen sind zum Beispiel Entzündungen von verschiedenen Organen, rheumatische Gelenkentzündungen, Hauterscheinungen oder ein Reizdarmsyndrom.

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

Zwischen Ansteckung und Ausbruch der Krankheit liegen in der Regel 3 bis 7 Tage, in Einzelfällen bis 10 Tage. Die Betroffenen sind ansteckend, solange sie die Erreger mit dem Stuhl ausscheiden. Im Durchschnitt dauert dies 2 bis 3 Wochen. Das bedeutet, auch nach Abklingen der Beschwerden können Erreger ausgeschieden werden.

Wer ist besonders gefährdet?

Ein großes Risiko zu erkranken haben Kleinkinder. Säuglinge, Senioren und Menschen mit eingeschränktem Abwehrsystem sind besonders gefährdet Komplikationen zu bekommen.

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- Bleiben Sie während der Dauer der akuten Erkrankung zu Hause und schonen Sie sich körperlich.
- Achten Sie im Krankheitsfall besonders auf gute Händehygiene. Waschen Sie sich nach dem Toilettengang immer die Hände gründlich mit Wasser und Seife.



- Bei starkem Durchfall und Erbrechen ist der Ausgleich des Flüssigkeits- und Salzverlustes besonders wichtig. Das bedeutet in erster Linie viel zu trinken. Achten Sie auf leicht verdauliche Nahrung mit ausreichender Salzzufuhr.
- Vor allem Kleinkinder und Senioren reagieren besonders empfindlich auf den Flüssigkeitsverlust. Sie sollten ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen, insbesondere wenn Durchfälle länger als 2 bis 3 Tage anhalten. In bestimmten besonders schwer verlaufenden Fällen kann ein Antibiotikum gegeben werden.
- Erkrankte sollten keine Speisen für andere zubereiten.
- Sollten Sie beruflich mit bestimmten Lebensmitteln zu tun haben und an ansteckendem Erbrechen oder Durchfall erkrankt sein, dürfen Sie vorübergehend nicht arbeiten. Den genauen Zeitraum bestimmt das zuständige Gesundheitsamt.
- Kinder unter 6 Jahren, bei denen ansteckendes Erbrechen oder Durchfall festgestellt wurde dürfen Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten vorübergehend nicht besuchen. Den genauen Zeitraum bestimmt das zuständige Gesundheitsamt. Eltern müssen die Gemeinschaftseinrichtung über die Erkrankung ihres Kindes informieren.

Wie kann ich mich schützen?

1.7.1 Gute Küchenhygiene: Richtiger Umgang mit Lebensmitteln

- Garen Sie Fleisch – vor allem Schweinefleisch– immer vollständig durch! Leichtes Anbraten genügt nicht, um die Erreger abzutöten.
- Entsorgen Sie das Auftauwasser von Schweinefleisch und anderen Fleischsorten direkt. Spülen Sie alle Gegenstände und Arbeitsflächen, die damit in Berührung gekommen sind, heiß ab und waschen Sie sich gründlich die Hände.
- Verzichten Sie darauf, das Fleisch vor dem Kochen abzuwaschen. So vermeiden Sie eine Verbreitung der Erreger über Spritzwasser in der Küche.
- Verwenden Sie getrennte Küchenutensilien für rohe und gegarte Lebensmittel bzw. reinigen Sie Arbeitsflächen und Geräte nach jedem Arbeitsgang sorgfältig mit warmem Wasser und Spülmittel und trocknen Sie diese ab.
- Wechseln Sie häufig Küchenhandtücher und Wischlappen und waschen Sie diese bei mindestens 60°C.
- Erneuern Sie Spülbürsten und Schwämme regelmäßig.
- Säuglinge, Kleinkinder, Senioren und Menschen mit eingeschränkter Immunabwehr sollten Lebensmittel wie Rohmilchprodukte oder nicht ausreichend durchgegartes Fleisch meiden.
- Kochen Sie Rohmilch, die direkt vom Erzeuger kommt, vor dem Verzehr ab. Bevorzugen Sie pasteurisierte Milch.

1.7.2 Gute Händehygiene

- Waschen Sie sich die Hände gründlich mit Wasser und Seife nach jedem Toilettengang sowie immer vor der Zubereitung von Lebensmitteln und vor dem Essen. Trocknen Sie die Hände nach dem Waschen sorgfältig mit einem sauberen Tuch ab.



Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Weitere Verbrauchertipps finden Sie im Internet auf den Seiten des Bundesinstitutes für Risikobewertung (www.bfr.bund.de) sowie des Bundesamtes für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (www.bvl.bund.de). Weitere (Fach-) Informationen finden Sie im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Institutes (www.rki.de/yersiniose).