

## **Wodurch werden Magen-Darm-Infektionen verursacht?**

Brechdurchfälle werden sowohl durch Viren als auch durch Bakterien verursacht.

Insbesondere Noro- und Rotaviren sind für einen Großteil der Magen-Darm-Infektionen verantwortlich. Zu den bekanntesten Bakterien gehören Salmonellen, Campylobacter oder Escherichia coli - Spezies wie z. B. Escherichia coli, kurz EHEC. Sie haben in der Vergangenheit bereits viele Krankheitswellen ausgelöst. Brechdurchfälle durch Lebensmittelvergiftungen werden vor allem durch Staphylokokken verursacht. Die Bakterien produzieren Giftstoffe, sogenannte Toxine, die dann die Erkrankung hervorrufen.

## **Wie werden Magen-Darm-Infektionen übertragen?**

Magen-Darm-Infektionen sind meist sehr ansteckend. Je nach Erreger gibt es unterschiedliche Übertragungswege.

### ➤ Fäkal – orale Infektion

Die Verbreitung erfolgt bei Brechdurchfällen sehr häufig durch sogenannte fäkal-orale Infektion. Die Keime werden als kleinste Spuren von Stuhlresten oder Erbrochenem an Lebensmitteln, Getränken oder den Händen weitergetragen. Von hier aus gelangen die Erreger in den Mund und von dort aus weiter in den menschlichen Verdauungstrakt.

### ➤ Tröpfcheninfektion

Noroviren können aber auch über eine Tröpfcheninfektion weiter gereicht werden. Dabei gelangen winzige virushaltige Tröpfchen während des Erbrechens in die Umgebung und werden im Anschluss von einem Gesunden eingeatmet.

## **Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?**

Das Ausmaß der Beschwerden ist je nach Erregertyp und Zustand der Körperabwehr unterschiedlich. Die Erreger brauchen auch vom Ansteckungszeitpunkt unterschiedlich lange, um Beschwerden auszulösen. Das kann je nach Erreger zwischen einigen Stunden bis zu einigen Tagen dauern. Meist fängt die Erkrankung mit Übelkeit, Bauchschmerzen, Erbrechen und Durchfall an. Die Durchfälle können wässrig, blutig oder schleimig und von starken Blähungen begleitet sein. Der Erkrankte fühlt sich schlapp – gelegentlich kommt noch Fieber hinzu. Durch den Flüssigkeitsverlust entsteht unter Umständen Schwindel oder ein

ausgeprägtes Schwächegefühl. Normalerweise klingen die Beschwerden nach einigen Tagen wieder vollständig ab.

## **Wann sollte ich zur Ärztin oder zum Arzt gehen?**

Bei Senioren oder Menschen mit geschwächter Immunabwehr können Brechdurchfälle schwer verlaufen. Das gilt auch für Säuglinge und Kleinkinder. Sie reagieren auch besonders empfindlich auf den Flüssigkeitsmangel, der durch häufiges Erbrechen und anhaltenden Durchfall verursacht wird. Deshalb sollten diese Risikopatienten eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen. Es können Kreislaufprobleme bis zum Kollaps auftreten und in sehr schweren Fällen droht sogar Nierenversagen. Bei schweren Verläufen muss der Flüssigkeitsverlust durch Infusionen ausgeglichen werden.

Auch für ansonsten gesunde Erwachsene gilt: wenn starke Kreislaufprobleme auftreten oder Muskelkrämpfe, Schläfrigkeit oder Verwirrtheit sowie hohes Fieber, sollte in jedem Fall eine Ärztin oder Arzt zu Rate gezogen werden. Das gleiche gilt für den Fall, dass Blut im Stuhl auftritt oder dass der Brechdurchfall länger als drei Tage anhält.

## **Wie kann ich mich und andere schützen?**

- Um andere nicht anzustecken, sollten Erkrankte oft und gründlich die Hände waschen und den Kontakt zu anderen Menschen einschränken. Nach Möglichkeit sollten auch Toilette und Schlafräum während der akuten Krankheitsphase getrennt von den Gesunden benutzt werden. Wichtig ist, die Räume häufig zu lüften. Erbrochenes oder Stuhlreste müssen schnell beseitigt werden, am besten Handschuhe bei der Reinigung tragen.
- Erkrankte sollten keine Speisen für andere zubereiten.
- Bettwäsche, Handtücher und Waschlappen des Patienten sollten bei mindestens 60° Celsius gewaschen werden. Auch für das Geschirr ist die höchste Waschttemperatur im Geschirrspüler angeraten.
- **Gemeinschaftseinrichtungen dürfen frühestens ab 48 Stunden nach Abklingen der Symptomatik (Durchfall und Erbrechen) wieder besucht werden.**