

Hepatitis E

Was ist Hepatitis E?

Hepatitis E ist eine ansteckende Entzündung der Leber, die durch das Hepatitis-E-Virus (HEV) hervorgerufen wird. Es gibt 4 verschiedene Untergruppen (Genotypen) des Virus, die weltweit unterschiedlich vorkommen und unterschiedlich übertragen werden.

Wie wird Hepatitis E übertragen?

Die Übertragung erfolgt hierzulande hauptsächlich durch den Verzehr von unzureichend durchgegartem Schweine- bzw. Wildfleisch und daraus hergestellten Produkten. Auch infizierte Muscheln können als Infektionsquelle dienen. Übertragung über Blut/ Blutprodukte ist ebenfalls möglich.

In Ländern mit geringeren Hygienestandards erfolgt die Übertragung des Hepatitis-E-Virus hauptsächlich durch die Aufnahme von fäkal verunreinigtem Wasser oder Lebensmitteln.

Eine Mensch-zu-Mensch-Übertragung (im Sinne einer fäkal-oralen Schmierinfektion) des Virus findet nach aktuellem Kenntnisstand nicht statt.

Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Die Infektion mit dem in Deutschland vorkommenden Hepatitis-E-Virus verläuft überwiegend ohne Symptome. Gelegentlich kommt es zu leichten Magen-Darm-Beschwerden oder Allgemeinsymptomen wie Müdigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen, erhöhter Temperatur.

Weiterhin kann es zu typischen Zeichen einer Leberentzündung wie Gelbfärbung von Haut und Augen (Gelbsucht), Braunfärbung des Urins und Entfärbung des Stuhls kommen.

Schwere Verläufe sind selten und betreffen v.a. Personen mit Vorschädigung der Leber oder mit geschwächtem Immunsystem (durch HIV, Medikamente, die das Immunsystem schwächen, Krebserkrankung, Organtransplantation). In seltenen Fällen kann es auch zu chronischen Verläufen kommen.

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

Die Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch der Erkrankung (Inkubationszeit) beträgt 15-64 Tage.

Die Dauer der Ansteckungsfähigkeit ist nicht genau bekannt. Das Virus kann etwa eine Woche vor bis 4 Wochen nach Beginn der Gelbsucht im Stuhl nachgewiesen werden.

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- In der Regel ist keine spezielle Therapie notwendig, Näheres besprechen Sie am besten mit ihrem behandelndem Arzt.
- In der akuten Erkrankungsphase sollten Sie körperliche Anstrengung möglichst vermeiden. In der Anfangsphase der Erkrankung können Bettruhe und eine kohlenhydratreiche und fettarme Kost hilfreich sein.
- Besonders wichtig ist es, auf Alkohol zu verzichten. Nehmen Sie ohne ärztliche Rücksprache keine Medikamente ein, die eine leberbelastende Wirkung haben können.
- Waschen Sie sich regelmäßig gründlich die Hände, vor allem nach dem Gang zur Toilette, vor der Zubereitung von Speisen und vor dem Essen. Verwenden Sie zum Trocknen der Hände nach dem Waschen ein eigenes Handtuch oder Einmalpapiertücher.
- Benutzen Sie, wenn möglich, eine eigene Toilette.
- Bereiten Sie keine Mahlzeiten für andere zu, wenn Sie selbst erkrankt sind.



Kreisausschuss

Fachbereich Gesundheitsamt

Was gilt für Kindergemeinschaftseinrichtungen/ Schulen?

Verdacht und Nachweis einer Hepatitis E sind der Leitung der Gemeinschaftseinrichtung unverzüglich mitzuteilen. Gemäß §34 IfSG dürfen Erkrankte und Krankheitsverdächtige Gemeinschaftseinrichtungen wie z.B. eine Kindertagesstätte oder Schule vorübergehend nicht besuchen bzw. nicht in ihr tätig sein. Ausnahmen von dem Betretungsverbot sind im Einzelfall mit dem Gesundheitsamt zu besprechen.

Da eine Mensch-zu Mensch-Übertragung des Virus nach aktuellem Kenntnisstand nicht stattfindet, können Haushaltskontakte von Erkrankten in der Regel bei Wahrung guter persönlicher Hygiene (einschließlich gründlichem Händewaschen mit Seife) wiederzugelassen werden.

Was gilt im Lebensmittelbereich?

Gemäß § 42 IfSG dürfen Personen, die an Hepatitis E erkrankt oder dessen verdächtig sind, nicht in Lebensmittel verarbeitenden Betrieben, in Küchen von Gaststätten und Einrichtungen mit oder zur Gemeinschaftsverpflegung (gemäß § 42 Abs.1) tätig sein oder beschäftigt werden.

Wie kann ich mich schützen?

- Erhitzen Sie Schweine- und Wildfleisch vor dem Verzehr ausreichend.
- Halten Sie bei Kontakt zu Erkrankten Hygienemaßnahmen konsequent ein. Waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände. Achten Sie auf Sauberkeit, vor allem im Toilettenbereich sowie in der Küche.
- Auf Reisen in Gebiete, in denen Hepatitis E verbreitet ist, sollten Sie auf eine sorgfältige Hände- und Sanitärhygiene sowie auf eine gute Lebensmittelhygiene achten:
 - Trinken Sie abgepacktes oder abgekochtes Wasser.
 - Verzehren Sie möglichst Lebensmittel, die ausreichend erhitzt wurden.
 - Roh verzehrtes Obst oder Gemüse sollte frisch geschält werden.
 - Verzichten Sie auf rohe Salate und auf Säfte aus rohem Obst oder Gemüse.