

HEPATITIS A

Bürgerinformation über den Krankheitserreger

Was ist Hepatitis A?

Hepatitis A ist eine Entzündung der Leber, die durch Viren hervorgerufen wird. Das Hepatitis-A-Virus kommt weltweit vor. In Ländern mit hohen Hygienestandards ist Hepatitis A seltener. Ein Teil der Erkrankten in Deutschland hat sich im Ausland angesteckt.

Wie wird Hepatitis A übertragen?

Hepatitis-A-Viren werden mit Stuhl ausgeschieden. Die Viren werden übertragen, wenn sie von anderen Menschen über den Mund aufgenommen werden (fäkal-orale Übertragung).

Über Nahrungsmittel und Wasser

Häufig werden Hepatitis-A-Viren durch den Verzehr von verunreinigten Speisen übertragen, zum Beispiel durch Salate und Gemüse, die mit Fäkalien gedüngt wurden, oder durch Meeresfrüchte wie Muscheln oder Austern.

Erreger können auch durch ungewaschene Hände zum Beispiel bei der Zubereitung von Nahrungsmitteln dorthin gelangen. Verunreinigtes Trink- und Badewasser kann ebenfalls eine Ansteckungsquelle sein.

Von Mensch zu Mensch

Eine Übertragung von Mensch zu Mensch ist bei engem Kontakt zum Beispiel im gemeinsamen Haushalt oder Kindertagesstätten möglich. Die Erreger werden hierbei durch Schmierinfektion über kleinste Spuren von Stuhlrest an den Händen oder über Gegenstände weitergetragen. Darüber hinaus kann eine Ansteckung durch Sexualkontakt erfolgen.

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

Zwischen Ansteckung und Ausbruch der Erkrankung können 15 bis 50 Tage liegen, im Allgemeinen sind es vier Wochen. Die Ansteckungsgefahr ist ein bis zwei Wochen vor und bis zu einer Woche nach Auftreten von Krankheitszeichen am höchsten. Säuglinge können das Virus über einen deutlich längeren Zeitraum als Erwachsene mit dem Stuhl ausscheiden.

HEPATITIS A

Bürgerinformation über den Krankheitserreger

Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- In der akuten Erkrankungsphase sollten Sie körperliche Anstrengungen möglichst vermeiden. Je nach Schwere der Erkrankung ist Bettruhe sinnvoll.
- 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 und benutzen Sie, wenn möglich, eine Toilette.
- Für Hepatitis A gelten die Regelungen des Infektionsschutzgesetzes.

Wie kann ich mich schützen? **Impfung**

Gegen Hepatitis A stehen Schutzimpfungen zur Verfügung. Die Impfung wird von der ständigen Impfkommission (STIKO) für gefährdete Personen empfohlen.

Ungeschützte sollten sich nach Kontakt zu Hepatitis-A-Kranken möglichst zeitnah, d.h. innerhalb der nächsten 14 Tagen, impfen lassen.

Hygiene

Halten Sie bei Kontakt zu Erkrankten konsequente Hygienemaßnahmen

Auf Reisen in Gebiete, in denen Hepatitis A 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 rohe Säfte.