



## **Zum Thema: Hepatitis A**

### **Was ist Hepatitis A?**

Hepatitis A ist die Bezeichnung für eine Leberentzündung, die durch das Hepatitis A-Virus hervorgerufen wird.

### **Wie erkenne ich eine Hepatitis A-Infektion?**

Nach der Ansteckung mit dem Virus können 15 bis 50 Tage vergehen (im Durchschnitt 25 bis 30 Tage), bis es zu den ersten Anzeichen einer Erkrankung kommt. Diese zeigen sich dann in Form von Übelkeit, Durchfall und Oberbauchbeschwerden.

Bei einigen Betroffenen zeigt sich die sogenannte Gelbsucht. Das heißt, die Haut und das Weiße der Augen färben sich gelb. Hautjucken kann auftreten.

Spezielle Medikamente bei bereits bestehender Erkrankung gibt es nicht. Durchzuführende Maßnahmen sind symptomatisch (Bettruhe, Schonung, kohlenhydratreiche und fettarme Ernährung). Wichtig ist ein absoluter Alkoholverzicht während der Krankheitsphase.

Eine Hepatitis A-Infektion verläuft vor allem bei Kindern komplikationslos und sehr häufig ohne jegliche Krankheitszeichen.

### **Wie wird das Hepatitis A-Virus übertragen?**

Das Virus wird gewöhnlich auf dem fäkal-oralen Weg durch eine Kontakt- oder Schmierinfektion übertragen.

Der Verzehr von kontaminierten Lebensmitteln (Muscheln oder Austern bzw. fäkaliengedüngtes Gemüse und Salate etc.) stellt den Hauptübertragungsweg dar. Eine Hepatitis A-Infektion wird selten durch Blut- und Blutprodukte (auch mehrfach genutzte Spritzenbestecke bei Drogenabhängigen) verursacht.

In Ländern mit fehlender Wasser-, Abwasser- und Abfallhygiene wird Hepatitis A häufig über verunreinigtes Trinkwasser, Gemüse, Früchte und Meerestiere übertragen.

Erkrankte Personen sind ein bis zwei Wochen vor und bis zu einer Woche nach Auftreten der Gelbsucht ansteckend.

### **Wie kann ich mich schützen?**

Der beste Weg der Vorbeugung ist heute die Hepatitis A-Impfung. Vor allem Personen, die viel in südliche Länder reisen, wo die Hygiene nicht dem hiesigen Standard entspricht, oder Menschen, die beruflich engen Kontakt zu Kleinkindern, älteren Menschen oder Kranken haben, sollten sich impfen lassen.

Auch eine postexpositionelle Impfung (Impfung nach Kontakt) ist möglich und sollte so früh wie möglich durchgeführt werden. Mit einem Impfschutz ist im Allgemeinen nach 12-15 Tagen zu rechnen. Wichtig ist dabei, die Geimpften darauf hinzuweisen, dass eine postexpositionelle Impfung den Ausbruch der Erkrankung nicht in allen Fällen verhindern kann.

Wird sie innerhalb von 10 Tagen nach Kontakt verabreicht, ist es in 80-90 % der Fälle möglich, eine Infektion zu verhindern. Die Gabe sollte spätestens bis zum 14. Tag nach Kontakt erfolgt sein. Für einen langfristigen Schutz sollte eine zweite Impfung nach 6 bis 12 Monaten erfolgen.

Bei einer bereits bestehenden Hepatitis A-Infektion sind alle Kontaktpersonen über Übertragungswege, Krankheitszeichen und vorbeugende Maßnahmen aufzuklären.

Folgende Hygienemaßnahmen sollten beachtet werden:

- Gründliches Händewaschen mit Seife und Händedesinfektion nach jedem Toilettengang
- Gründliches Händewaschen und Händedesinfektion vor dem Umgang mit Lebensmitteln
- Verwendung von separaten Stoffhandtüchern oder Einmalhandtüchern
- Regelmäßige Reinigung und Desinfektion des Sanitärbereichs unter Verwendung von Einwegwischlappen
- Beim Umgang mit Ausscheidungen (Stuhl oder Urin) sollten Handschuhe getragen werden (z.B. beim Windelwechsel)
- Alle möglicherweise mit Stuhl in Berührung gekommenen Gegenstände sind zu säubern und zu desinfizieren.

### **Vorbeugende Maßnahmen**

Hat vor Urlaubsreisen an Orte, die deutliche hygienische Mängel aufweisen, keine Impfung stattgefunden, werden folgende vorbeugende Maßnahmen empfohlen:

- Verzicht auf Eiswürfel oder Wasser aus nicht verschlossenen Behältnissen.
- Rohe oder ungewaschene Lebensmittel meiden.

Sorgfältiges Händewaschen, vor allem nach dem Toilettengang, ist unbedingt notwendig.

### **Haben Sie noch Fragen? Dann rufen Sie uns an!**

Sie erreichen den Fachbereich Soziales und Gesundheit des Ennepe-Ruhr-Kreises:

**Schwelm** (Hauptstraße 92)  
02336 / 93 -2563  
02336 / 93 -2565

**Witten** (Schwanenmarkt 5-7)  
02302 / 922 -228