

Merkblatt für Beschäftigte und Reisende Cholera

Die Cholera ist eine durch Bakterien (Vibrien) verursachte Infektionskrankheit. Es handelt sich um eine Allgemeinerkrankung, wobei die Erreger mit dem Stuhl oder Erbrochenen ausgeschieden werden. Sie ist weit verbreitet in Ländern mit eingeschränkten hygienischen Bedingungen (Fernost, Afrika, Süd- und Mittelamerika). Nur in sehr seltenen Fällen wird die Cholera nach Deutschland importiert. Das Erkrankungsrisiko ist für Touristen und entsandte Beschäftigte auch bei Langzeitaufenthalt äußerst gering. Strikte Einhaltung der Lebensmittel-, Trinkwasser- und Körperhygiene sind die wichtigsten Vorbeugemaßnahmen.

Die Infektion:

Sie erfolgt durch die Aufnahme der Choleraerreger durch den Mund in den Verdauungstrakt.

Die Erreger stammen

- ⇒ aus dem Stuhl eines Cholera-Erkrankten
- ⇒ aus mit Fäkalien verschmutztem Wasser bzw. Feldfrüchten, die damit bewässert wurden
- ⇒ aus dem Stuhl eines (sich aber gesund fühlenden) Dauerausscheiders

Das Krankheitsbild:

Nach sehr kurzer Inkubationszeit (Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch der Erkrankung – 3-6 Tage) kommt es zu Brechdurchfall mit Bauchschmerzen. Die volumenreichen, häufigen, unkontrollierbar abgehenden Stühle sind durch Schleimbeimengungen "reis-wasserfarben" und geruchlos. Innerhalb kürzester Zeit (Stunden) kommt es so zu einem massiven Flüssigkeitsverlust des Körpers. Durch den rasanten Flüssigkeits- und Salzverlust kann es zu schweren Krankheitskomplikationen kommen. Wird diese Flüssigkeit nicht schnellstmöglich ersetzt, kommt es zu Dehydrierung und Schock. Unbehandelt ist Cholera in 30 bis 50% der Fälle tödlich.

Die Diagnose:

Sie wird durch ärztliche Untersuchung gestellt und durch den Erregernachweis im Stuhl bewiesen.

Die Therapie:

Die Behandlung besteht in erster Linie im Ersatz von Flüssigkeit und Elektrolyten (Salzen), ggf. können zusätzlich Antibiotika gegeben. Das Wichtigste ist, den massiven Salz- und Wasserverlust durch Flüssigkeiten auszugleichen. Durch Rehydrierungsmaßnahmen lässt sich die Sterberate unter 1% senken.

Schutz gegen Cholera (Prophylaxe):

Ein wirksamer und sehr effektiver Schutz besteht im Vermeiden von Erregerkontakten nach einem Choleraausbruch. Dies erreicht man durch strikte Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene.

- ☞ Nie (!) Wasser unbehandelt trinken (siehe Merkblatt zur Trinkwasseraufbereitung im Ausland). Eiswürfel nur, wenn sie auch sicher mit sauberem Wasser hergestellt wurden
- ☞ Vorsicht mit kopfgedüngtem Gemüse aus Regionen, in denen Cholera vorkommt. Obst und Gemüse nur geschält und/oder gekocht essen
- ☞ Vorsicht mit Meeresfrüchte (Muscheln, Krabben etc.), da sie sehr oft Choleraerregern (sowie Hepatitis A-Viren) enthalten.
- ☞ alle ungekochten Nahrungsmittel wie z. B. rohe Milch und Molkereiprodukte (Eiscreme, Joghurt etc.) vermeiden
- ☞ grundsätzlich nur gekochtes und gebratenes Fleisch sowie Fisch genießen

- ☞ Öffentliche Schwimmbäder und das Baden in Lagunen sollte vermieden werden, da bei Cholera-Epidemien dieses Wasser relativ oft Cholera-Bakterien enthält und unbewusst vom Schwimmer aufgenommen wird.
- ☞ Auf Küchenhygiene und persönliche Hygiene (Hände!!!) achten

Die Impfung:

Ergänzend zu den o.g. Prophylaxe-Empfehlungen kann eine Impfung durchgeführt werden, wenn

- ❖ ein besonderes Erkrankungsrisiko besteht z. B. bei Personen
 - in der Flüchtlings- und Katastrophenhilfe
 - in der Wasseraufbereitung während Cholera-Epidemien
 - in der Krankenversorgung
 - bei Reisen in abgelegene Gebiete ohne zeitnahen Zugang zu einer medizinischen Versorgung
 - mit chronischen Magenerkrankungen, fehlender Magensäure und unter Immunsuppression
- ❖ eine Nachweispflicht bei Einreise oder Transit besteht (diese wird durch die WHO derzeit für kein Land verlangt, es gibt aber immer wieder lokale Behörden, die dies fordern)

Es gibt derzeit in Deutschland nur einen zugelassenen Choleraimpfstoff (Dukoral®). Hierbei handelt es sich um einen Schluck-Impfstoff mit abgetöteten Cholera-Erregern, der eine Schutzwirkung bis 90% erzeugt.

- ❖ Kinder ab 6 Jahre und Erwachsene erhalten zwei Dosen Dukoral® in einem Intervall von 1 bis 6 Wochen.
- ❖ Kindern von 2 bis 6 Jahre muß initial drei Impfdosen gegeben werden, jeweils in einem Abstand von 1 bis 6 Wochen.
- ❖ Zwei Stunden vor und eine Stunde nach der Einnahme sollte man weiter nichts essen oder trinken.
- ❖ Ein Impfschutz gegen Cholerainfektionen ist eine Woche nach der Einnahme der letzten Impfstoffdosis zu erwarten.
- ❖ Für einen kontinuierlichen Schutz ist bei Personen ab 6 Jahre eine Auffrischimpfung nach 2 Jahren erforderlich.
- ❖ Kinder von 2 bis 6 Jahren müssen nach 6 Monaten erneut mit einer Dosis Dukoral® geimpft werden, um kontinuierlichen Schutz zu etablieren.
- ❖ Bisher wurden bei Schwangerschaften keine Fruchtschäden beobachtet, für die Stillzeit allerdings liegen noch keine ausreichenden Erfahrungen vor.
- ❖ An Nebenwirkungen werden lediglich leichte Verdauungsstörungen berichtet.
- ❖ Erfahrungen bezüglich des Zeitabstands zu anderen Impfungen liegen noch nicht vor.
- ❖ Abführmittel am Impftag sollten nicht eingenommen werden.

**Wichtigste Vorbeugemaßnahme ist: „Cook it, boil it, peel it or forget it!“
Wer in den Tropen diese Regeln beachtet, kann auch dort kaum an Cholera erkranken.**