Merkblatt Toxoplasmose

## Was ist Toxoplasmose?

Toxoplasmose ist eine Infektionskrankheit, die durch den Parasiten Toxoplasma gondii verursacht wird. Eigentlich handelt es sich um eine Tierkrankheit (Zoonose). Der Mensch kann aber als Zwischenwirt des Parasiten an einer Toxoplasmose erkranken. Eine Toxoplasmose können Menschen aller Altersgruppen bekommen. Schätzungen zufolge hat in Deutschland etwa die Hälfte der erwachsenen Bevölkerung eine Toxoplasmose-Infektion hinter sich. Bei einer Toxoplasmose-Infektion bildet der Körper spezifische Antikörper gegen den Parasiten. Ein Teil davon zirkuliert auch nach dem Abheilen weiterhin im Blut des Betroffenen. So ist dieser künftig vor einer erneuten Infektion geschützt (lebenslange Immunität) - außer es entwickelt sich irgendwann eine Immunschwäche (etwa durch HIV). Dann kann man erneut eine Toxoplasmose bekommen.

## Wie wird Toxoplasmose übertragen?

Die Toxoplamose-Erreger befallen zunächst Katzen. Über deren Kot kann der Erreger jedoch in Nutztiere sowie auf pflanzliche Lebensmittel gelangen und so schließlich ebenfalls Menschen infizieren. Über den Verzehr roher oder ungenügend erhitzter Fleisch- und Wurstwaren, Kontakt mit Katzenkot und nicht ausreichend gewaschenes Gemüse oder Salat können die Erreger übertragen werden. Bereits das einmalige Abschmecken roher Fleischgerichte reicht für eine Ansteckung mit Toxoplasmose aus!

## Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Bei der klinischen Symptomatik müssen drei verschiedene Formen der Toxoplasmose unterschieden werden:

Bei Personen mit funktionierendem Immunsystem (immunkompetent) verläuft die akute Toxoplasma-Infektion in den weitaus meisten Fällen asymptomatisch: 80–90% der Kinder und Erwachsenen bemerken die Infektion nicht. Ansonsten kann es zu einem selbstlimitierenden, grippeähnlichen Krankheitsbild mit Fieber, Kopf-, und Gliederschmerzen und Schwellung der Lymphknoten kommen. Selten betrifft die Toxoplasmose Augen oder andere Organe.

Bei einer Immunschwäche kann die Toxoplasmose einen schweren Verlauf nehmen. Das gilt zum Beispiel für HIV- und Aids-Patienten sowie Menschen nach einer Organtransplantation. Oft handelt es sich nicht um eine Erstinfektion. Stattdessen haben sich die meisten Betroffenen schon früher mit dem Toxoplasmose-Erreger infiziert. Dieser schlummerte dann zum Teil jahrelang unbemerkt (latent) im Körper, bevor er reaktiviert wurde. Sehr oft entwickelt sich dann eine Gehirnentzündung (Enzephalitis). Die auftretenden Symptome hängen davon ab, welche Hirnregion von der Entzündung betroffen ist. Beispielsweise können sich Kopfschmerzen, Fieber, Wesensveränderungen, Lähmungen und epileptische Anfälle entwickeln. Seltener betrifft eine Toxomplasmose bei Immungeschwächten die Augen. Es können aber auch alle anderen Organe befallen sein, besonders bei Aids-Patienten (Herz, Lunge, Leber etc.).

Zu einer Toxoplasma-Infektion des Ungeborenen kann es kommen, wenn eine Erstinfektion der Mutter während der Schwangerschaft erfolgt. In diesem Fall hängen das Infektionsrisiko des Ungeborenen und das klinische Bild von verschiedenen Faktoren ab, z.B. vom Zeitpunkt der Infektion nach der Befruchtung, der Infektionsdosis, der Infektionskraft des Erregers und der immunologischen Kompetenz der Mutter. Mit der Dauer der Schwangerschaft nimmt einerseits die Wahrscheinlichkeit der Übertragung über die Plazenta zu und andererseits die Schwere des Krankheitsbildes beim Kind ab.

Als klassisches Krankheitsbild werden Chorioretinitis (Entzündung der Netzhaut), Hydrocephalus (Erweiterung der Flüssigkeitsräume im Gehirn mit Zunahme des Kopfumfanges) und Verkalkungen innerhalb der Schädelhöhle als häufigste Manifestation beschrieben. Bezüglich der Häufigkeit dominiert die Chorioretinits, die sich, bei nach der Geburt unauffälligen Kindern, auch erst nach Monaten oder Jahren ausprägen kann.

## Wann bricht die Krankheit aus und wie lange ist sie ansteckend?

Die Inkubationszeit wird meist mit 2–3 Wochen angegeben. Eine direkte Übertragung von Mensch zu Mensch ist neben dem o.g. Infektionsweg in der Regel auszuschließen (selten Parasitenübertragung bei Transplantationen). Eine Übertragung über menschliche Muttermilch ist bislang nicht belegt.

## Wer ist besonders gefährdet?

Schwangere und Frauen mit Kinderwunsch sollen unbedingt eine Erstinfektion in der Schwangerschaft verhindern. Für die Einhaltung der präventiven Maßnahmen ist es daher für diese nützlich, zu wissen, ob eine Immunität vorliegt oder nicht. Daher ist es wünschenswert, den Antikörperstatus bei Frauen vor oder möglichst früh in der Schwangerschaft zu bestimmen. Schwangere ohne Antikörperschutz gegen „Toxoplasma gondii“ sind während der Schwangerschaft möglichst regelmäßig zu untersuchen.

## Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

Bei keinen/wenigen Symptomen ist meist keine Behandlung nötig. Ansonsten erfolgt die medikamentöse Behandlung mit Antibiotika und/oder Antiparasitika. Eine Erstinfektion in der Schwangerschaft muss immer behandelt werden.

## Wie kann ich mich schützen?

* Waschen Sie sich die Hände mit Seife, wenn Sie rohes Fleisch oder Gemüse berührt haben.
* Reinigen Sie auch benutzte Küchengeräte (Schneidbrett, Messer etc.) gründlich nach der Verarbeitung von Fleisch oder Gemüse.
* Essen Sie keine rohen Fleisch- oder Wurstwaren (Hackfleisch, Tartar, Carpaccio, Mettwurst, Salami, Rohschinken etc.).
* Meiden Sie auch ungenügend erhitzte Fleisch- und Wurstwaren (vor allem aus Schweine-, Lamm- oder Ziegenfleisch). Um die "Eier" (Oozysten) des Parasiten abzutöten, muss Fleisch auf eine Kerntemperatur von mindestens 50°C erhitzt werden (Braten, Kochen).
* Bewahren Sie erdhaltige Lebensmittel (Kartoffeln, Karotten etc.) getrennt von anderen Lebensmitteln auf, damit diese gegebenenfalls nicht ebenfalls kontaminiert werden können.
* Waschen, schälen beziehungsweise kochen Sie Gemüse, Salate und Früchte vor dem Verzehr.
* Tragen Sie bei der Gartenarbeit Handschuhe und waschen Sie sich hinterher gründlich die Hände.
* Füttern Sie Katzen nicht mit rohem Fleisch.
* Küssen Sie keine Katze und waschen Sie sich nach dem Kontakt mit den Tieren die Hände.
* Reinigen Sie das Katzenklo täglich mit heißem Wasser.
* Decken Sie einen Sandspielkasten bei Nichtbenutzung ab. So verhindern Sie, dass er von Katzen als Katzenklo benützt wird.
* Besonders gefährdete Menschen sollten keine freilaufenden Katzen streicheln.
* Trinken Sie in der freien Natur kein ungefiltertes Wasser aus Seen, Bächen etc. Es kann mit den "Eiern" (Oozysten) des Toxoplasmose-Erregers verunreinigt sein.

Schwangere, die noch keine Toxoplasmose-Infektion durchlebt haben und somit keine Antikörper gegen den Parasiten besitzen, sollten sich besonders an die empfohlenen Vorbeugemaßnahmen halten. Dabei gelten im Umgang mit Katzen besondere Ratschläge:

* Schwangere sollten die tägliche Reinigung der Katzentoilette mit heißem Wasser (mehr als 70°C) anderen Familienmitgliedern überlassen.
* Katzen sollten nicht mit rohem Fleisch, sondern nur mit Dosen- und/oder Trockenfutter gefüttert werden. Ist dies nicht möglich, sollten sich Schwangere von der Katze fernhalten.

## Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Weitere (Fach-) Informationen finden Sie auch im Internet auf den Seiten des Robert Koch Instituts ([www.rki.de/](http://www.rki.de/)) Weitere Informationen zum Thema Infektionsschutz durch Hygiene finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.infektionsschutz.de).