Merkblatt Hepatitis E

## Was ist Hepatitis E?

Hepatitis E ist eine Erkrankung, die zu einer Infektion der Leber führt. Die Krankheit wird ausgelöst durch das Hepatitis E-Virus (HEV). Das Virus unterteilt sich in verschiedene Gruppen. In Deutschland gibt es vor allem die Gruppe des sogenannten „Genotyp 3“. In Asien und Afrika ist der sogenannten „Genotyp 1“ und „Genotyp 2“ häufig. Hepatitis E wird in Deutschland in den letzten Jahren häufiger von Ärztinnen und Ärzten festgestellt.

## Wie wird Hepatitis E übertragen?

Für den in Deutschland häufigen HEV-Genotyp 3 ist das Hausschwein das wichtigste Reservoir. Der Begriff Reservoir bezeichnet den Ort (Mensch, Tier oder Bereiche der Umwelt) in dem sich die jeweiligen Krankheitserreger über einen längeren Zeitraum vermehren. Die im Ausland häufigen HEV-Genotypen 1 und 2 wurden dagegen bisher nur bei Menschen gefunden.

Der in Deutschland häufige HEV-Genotyp 3 wird vor allem über Lebensmittel übertragen, hauptsächlich durch nicht ausreichend erhitztes infiziertes Schweine- bzw. Wildfleisch. Auch durch den Verzehr von Muscheln, die HEV aus dem Wasser filtern, kann man sich infizieren.

Der im Ausland häufige HEV-Genotyp 1 oder 2 wird am häufigsten über Lebensmittel oder Trinkwasser aufgenommen, die mit Fäkalien von an Hepatitis E Erkrankten verunreinigt wurden.   
Bei den Genotypen 1 und 2 kann es auch zu einer direkten Mensch-zu-Mensch Übertragung durch eine Schmierinfektion kommen. Dabei werden die Viren aus dem Darm über kleinste Spuren von Stuhlresten weitergetragen. Eine Schmierinfektion ist für den Genotyp 3 bisher nicht bekannt.

Alle Genotypen können auch über Blut übertragen werden. Ab 2019 müssen in Deutschland Blutprodukte auf Hepatitis E überprüft werden.

## Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

In den meisten Fällen haben infizierte Personen keine Krankheitszeichen. Wenn Krankheitszeichen auftreten, bestehen diese meistens aus vorübergehenden Bauchschmerzen oder anderen Magen-Darm-Beschwerden. In seltenen Fällen kann aber eine gefährliche Leberentzündung auftreten. Dann kann es zu einer Gelbverfärbung von Haut und Augen sowie einer Dunkelfärbung des Urins und Hellfärbung des Stuhls kommen. Es können zusätzlich Fieber und ein starkes Krankheitsgefühl auftreten. Auch das Gehirn oder die Nerven können betroffen sein. In ganz seltenen Fällen sterben Menschen aufgrund einer Hepatitis E. Bei Menschen mit stark geschwächtem Immunsystem, z.B. nach einer Transplantation, kann die Infektion über lange Zeit anhalten und zu einer Leberzerstörung führen.

## Wann bricht die Erkrankung aus und wie lange ist man ansteckend?

Die Erkrankung bricht zwischen 15 und 64 Tage nach der Aufnahme des Erregers auf. Wie lange Personen ansteckend sind, ist noch nicht vollständig geklärt. Der Erreger wird aber mehrere Wochen nach der Erkrankung ausgeschieden. In seltenen Fällen auch lebenslang. Eine lebenslange Ausscheidung ist bei Personen mit einem transplantierten Organ häufiger.

## Wer ist besonders gefährdet?

In Deutschland findet man die Erkrankung vor allem bei Männern über 40 Jahren. Besonders gefährdet sind Menschen mit einem stark geschwächten Immunsystem, zum Beispiel Menschen mit unbehandelter HIV oder bestimmten Krebserkrankungen. Auch Personen mit einer Leberkrankheit sind besonders gefährdet. Der im Ausland vorkommende Genotyp 1 ist für Schwangere gefährlich.

## Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

* Erkrankte Personen sollten auf eine gute Hygiene achten. Gute Hygiene heißt insbesondere häufiges Händewaschen, vor allem nach dem Toilettengang oder vor dem Zubereiten von Lebensmitteln.
* Die Leib- und Bettwäsche, Waschlappen und Handtücher von erkrankten Personen sollte mit einem Vollwaschmittel bei mindestens 60°C (besser 90°C) gewaschen werden.
* Erkrankte Personen sollten den Kontakt zu Menschen mit einem stark geschwächten Immunsystem oder Menschen mit einer Lebererkrankung vermeiden. Wenn die Hepatitis E im Ausland erworben wurde, sollte auch der Kontakt mit Schwangeren vermieden werden. Dies gilt bis ca. 4 Wochen nach Beginn der Erkrankung.
* Erkrankte Personen und auch Menschen, die im selben Haushalt leben, dürfen bestimmte Einrichtungen, z.B. Schulen oder Kindergärten, nicht betreten. Das zuständige Gesundheitsamt legt die genaue Dauer oder mögliche Ausnahmen fest.
* Sollten Sie beruflich mit bestimmten Lebensmitteln zu tun haben und an Hepatitis E erkrankt sein, dürfen Sie vorübergehend nicht arbeiten.

## Wie kann ich mich schützen?

* Schweinefleisch sollte nur vollständig erhitzt verzehrt werden. Vollständig erhitzt heißt zum Beispiel braten bei mehr als 70°C über mindestens 20 Minuten. Bei höherer Temperatur ist eine kürzere Zeit möglich.
* Achten Sie bei Reisen in Asien oder Afrika auf gute Hygiene. Das heißt nur abgepacktes und kontrolliertes Trinkwasser trinken. Speisen müssen vollständig erhitzt sein.

## Wo kann ich mich informieren?

Ihre Hausärztin oder ihr Hausarzt kann Ihnen kompetent weiterhelfen. Fachärztinnen oder Fachärzte für Gastroenterologie oder Infektiologie sind auf die Erkrankung spezialisiert. Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für Beratung zur Verfügung. Weitere Informationen finden Sie auch im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Institutes. Reisemedizinische Informationen für jedes Land werden auf der Seite des Auswärtigen Amts veröffentlicht.