

Merkblatt für Beschäftigte und Reisende

Cholera und Cholera-Impfung

Die Cholera ist eine durch Bakterien (*Vibrio cholerae*) verursachte Darmerkrankung. Die Ansteckung erfolgt meist über Trinkwasser oder Lebensmitteln, die mit den Darmausscheidungen eines an Cholera Erkrankten oder eines Bakterien-Ausscheiders verunreinigt sind. Ansteckungen von Mensch zu Mensch sind selten, aber bei direktem Kontakt mit Patienten oder ihren Ausscheidungen nicht ausgeschlossen.

Nach kurzer Inkubationszeit (Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch der Erkrankung, 3-6 Tage) kommt es zu Brechdurchfall mit Bauchschmerzen. Die volumenreichen, häufig unkontrollierbar abgehenden Stühle sind durch Schleim Beimengungen "reiswasserfarben" und geruchlos. Innerhalb kürzester Zeit (Stunden) kann es so zu einem massiven Flüssigkeits- und Salzverlust des Körpers und zu schweren Krankheitskomplikationen kommen. Wird die Flüssigkeit nicht schnellstmöglich ersetzt, verstirbt der Patient durch die schwere Dehydrierung und den Kreislaufschock.

Wenn sich viele Menschen an einer kontaminierten Wasserquelle infizieren, ist das oft der Start für größere Cholera-Ausbrüche oder Epidemien. Allerdings erkrankt auch in einer Epidemie nur ein kleiner Teil der Menschen, die sich mit Cholera Bakterien infizieren. Von diesen erleben die meisten einen vergleichsweise milden Verlauf mit Erbrechen und Durchfall. Wenn das Immunsystem vorher geschwächt war, z.B. durch Mangelernährung, kommt es eher zu schwereren Verläufen.

Die Behandlung besteht in erster Linie im Ersatz von Flüssigkeit und Elektrolyten (Salzen), ggf. können zusätzlich Antibiotika gegeben. Durch solche Rehydratationsmaßnahmen läßt sich die Sterberate unter 1% senken.

Cholera ist eine Krankheit mangelnder Trinkwasser-, Lebensmittel- und Handhygiene. Das Risiko, auf einer Reise oder auch bei einem Langzeitaufenthalt an Cholera zu erkranken, ist extrem gering, so lange es nicht zu engem Kontakt mit Erkrankten z.B. in Krankenhäusern oder Flüchtlingslagern kommt. Eine Impfung ist für die meisten Reisenden deshalb entbehrlich. Strikte Einhaltung der Lebensmittel-, Trinkwasser- und Körperhygiene sind die wichtigsten Vorbeugemaßnahmen auf jeder Reise:

- ☞ Nie (!) Wasser unbehandelt trinken (siehe dazu auch das Merkblatt „Sauberes Trinkwasser im Ausland“). Eiswürfel nur, wenn sie sicher mit sauberem Wasser hergestellt wurden.
- ☞ Vorsicht mit kopfgedüngten Salaten oder Rohkost aus Regionen, in denen Cholera vorkommt. Obst und Gemüse nur geschält und/oder gekocht essen
- ☞ Vorsicht mit ungenügend erhitzten Meeresfrüchten (Muscheln, Krabben etc.), keine rohen Meeresfrüchte essen
- ☞ ungekochten Nahrungsmittel wie z. B. rohe Milch und Molkereiprodukte (Eiscreme etc.) vermeiden
- ☞ grundsätzlich nur gekochtes und gebratenes Fleisch und Fisch genießen
- ☞ auf Küchenhygiene (auch des Personals!) und persönliche Hygiene (Hände!!!) achten
- ☞ öffentliche Schwimmbäder und das Baden in Lagunen vermeiden, da bei Cholera-Epidemien diese Gewässer relativ oft Cholera-Bakterien enthalten und durch Verschlucken von Wasser beim Schwimmen aufgenommen werden.

Damit eine Cholerainfektion im Körper anheben kann, ist eine relativ hohe Keimzahl (1 Mio. Vibriolen) erforderlich. Sie kann daher nicht wie z.B. Typhus (nur 100 Keime reichen hier aus) oder Bakterienruhr (Shigellose – 1000 Keime reichen) durch Fliegen übertragen werden.

Ergänzend zu den o.g. Prophylaxe-Empfehlungen kann die Durchführung einer Impfung erwogen werden, wenn

- ❖ ein besonderes Erkrankungsrisiko besteht z. B. bei Personen, die
 - in der Flüchtlings- und Katastrophenhilfe
 - in der Wasseraufbereitung während Cholera-Epidemien
 - in der Krankenversorgung tätig sind
 - exponiert sind und an chronischen Magenerkrankungen, fehlender Magensäure oder unter einer Immunsuppression leiden
 - Reisen in abgelegene Gebiete ohne zeitnahen Zugang zu einer medizinischen Versorgung durchführen und auf Wasser und Lebensmittel unsicherer Herkunft angewiesen sein könnten.

- ❖ eine Nachweispflicht der Impfung bei Einreise oder Transit besteht. Dies wird durch die WHO verfügt und international veröffentlicht. Das wird derzeit für kein Land verlangt. In Ausbruchssituationen wird der Impfnachweis gelegentlich von lokalen Einreisebehörden ohne Rechtsgrundlage gefordert. Hier sollten die aktuellen Reisehinweise des Auswärtigen Amtes beachtet werden.

In Deutschland gibt es nur einen zugelassenen Choleraimpfstoff (Dukoral[®]). Das ist ein Schluck-Impfstoff aus abgetöteten Bakterien.

Der recht gute Schutz beginnt eine Woche nach der zweiten von zwei Teilimpfungen, die am Tag 0 und am Tag 7-42 eingenommen werden. Die Dauer des Impfschutzes variiert mit dem Alter und beträgt bei Kindern 6 Monate und bei Erwachsenen 2 Jahre. An unerwünschten Nebenwirkungen können vorübergehend Magen-Darmbeschwerden wie Völlegefühl, Übelkeit oder Durchfall auftreten.

Das Erkrankungsrisiko ist bei Beachtung der o.g. Punkte für entsandte Beschäftigte, auch bei Langzeitaufenthalt in Cholera-Infektionsgebieten äußerst gering. Eine Impfung ist in aller Regel nicht erforderlich!

„Cook it, boil it, peel it or forget it!“

Wer in Cholera-Infektionsgebieten diese Regel beachtet, kann nicht an Cholera erkranken.