



Toxoplasmose

Was ist Toxoplasmose?

Toxoplasmose ist eine übertragbare Krankheit, die durch den Parasiten (umgangssprachlich Schmarotzer) *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-Erkrankung hinter sich. Bei einer Toxoplasmose-Erkrankung bildet der Körper genaue Abwehrstoffe gegen den Parasiten. Ein Teil davon kreisen auch nach dem Abheilen weiterhin im Blut des Betroffenen. So ist dieser künftig vor einer erneuten Erkrankung geschützt (lebenslange Immunität) - außer es entwickelt sich irgendwann eine Abwehrschwäche (etwa durch eine andere Krankheit wie HIV). Dann kann man erneut eine Toxoplasmose bekommen.

Wie wird Toxoplasmose übertragen?

Die Toxoplasmose-Erreger befallen zunächst Katzen. Über deren Kot kann der Erreger jedoch in Nutztiere sowie auf pflanzliche Lebensmittel gelangen und so schließlich ebenfalls Menschen anstecken. 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 den klinischen Krankheitszeichen müssen drei verschiedene Formen der Toxoplasmose-Erkrankungen unterschieden werden. In den weitaus meisten Fällen verlaufen diese ohne erkennbare Krankheitszeichen: 80–90% der Kinder und Erwachsenen bemerken die Erkrankung nicht. Ansonsten kann es zu einem grippeähnlichen Krankheitsbild mit Fieber, Kopf-, und Gliederschmerzen und Schwellung der Lymphknoten kommen. Selten betrifft die Toxoplasmose Augen oder andere Organe. Die Heilung wird von dem Abwehrsystem gefördert.

Bei einer Abwehrschwäche kann die Toxoplasmose einen schweren Verlauf nehmen. Das gilt zum Beispiel für HIV- und Aids-Patienten, sowie Menschen nach einer Organverpflanzung. Oft handelt es sich nicht um eine Ersterkrankung. Stattdessen haben sich die meisten Betroffenen schon früher mit dem Toxoplasmose-Erreger angesteckt. Dieser schlummerte dann zum Teil jahrelang unbemerkt (latent) im Körper, bevor er wieder aktiv Krankheitszeichen hängen davon ab, welche Hirnregion von der Entzündung betroffen ist. Beispielsweise können sich Kopfschmerzen, Fieber, Wesensveränderungen, Lähmungen und epileptische Anfälle entwickeln. Seltener betrifft eine Toxoplasmose bei Abwehrgeschwächten die Augen. Es können aber auch alle anderen Organe befallen sein, besonders bei Aids-Patienten (Herz, Lunge, Leber etc.).

Zu einer Toxoplasma-Erkrankung des Ungeborenen kann es kommen, wenn eine Ersterkrankung der Mutter während der Schwangerschaft erfolgt. In diesem Fall hängen das Ansteckungsrisiko des Ungeborenen und das klinische Bild von verschiedenen Faktoren ab, z.B. vom Zeitpunkt der Ansteckung nach der Befruchtung, der Ansteckungsdosis, der Absteckungskraft des Erregers und der Abwehrkraft der Mutter. Mit der Dauer der Schwangerschaft nimmt einerseits die Wahrscheinlichkeit der Übertragung über den Mutterkuchen zu und andererseits die Schwere des Krankheitsbildes beim Kind ab.

Als klassisches Krankheitsbild werden eine Entzündung der Netzhaut (Chorioretinitis), eine Erweiterung der Flüssigkeitsräume im Gehirn mit Zunahme des Kopfumfanges (Hydrozephalus) und Verkalkungen innerhalb der Schädelhöhle als häufigste Krankheitsbilder beschrieben. Bezüglich der Häufigkeit überwiegt die Entzündung der Netzhaut (Chorioretinitis), 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 Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der ersten Krankheitszeichen vergehen meist 2–3 Wochen. Eine direkte Übertragung von Mensch zu Mensch ist neben dem o.g. Ansteckungsweg in der Regel auszuschließen (selten Parasitenübertragung bei Organverpflanzung (Transplantationen genannt). Eine Übertragung über menschliche Muttermilch ist bislang nicht belegt.

Wer ist besonders gefährdet?

Schwangere und Frauen mit Kinderwunsch sollten unbedingt eine Erstinfektion in der Schwangerschaft verhindern. Für die Einhaltung der vorbeugenden (präventiven) Maßnahmen ist es daher für diese nützlich, zu wissen, ob eine Abwehr vorliegt oder nicht. Dies ist durch den Nachweis eines Abwehrstoffes im Blut möglich. Daher ist es wünschenswert, diesen Test der Abwehrstoffe bei Frauen vor oder möglichst früh in der Schwangerschaft beim behandelnden Arzt durchzuführen. Schwangere ohne Abwehrschutz 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 Ersterkrankung 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 im Boden heranwachsende Lebensmittel (Kartoffeln, Karotten etc.) getrennt von anderen Lebensmitteln auf, damit diese gegebenenfalls nicht ebenfalls angestaubt 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 benutzt 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 Toxoplasma-Erregers verunreinigt sein.

Schwangere, die noch keine Toxoplasma-Erkrankung 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/) Weitere Informationen zum Thema Infektionsschutz durch Hygiene finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.infektionsschutz.de).