



## Merkblatt

# Listeriose

Listeriose ist eine durch Bakterien der Art *Listeria monocytogenes* verursachte Infektionskrankheit. Die Erreger kommen in der Umwelt (Erde, Wasser) sowie in tierischen Produkten vor. Die Krankheit wird durch Lebensmittel, insbesondere durch rohe Milch- und Fleischprodukte oder vorgeschnittene Rohkost, übertragen. Besonders gefährdet sind Schwangere, Neugeborene, ältere Menschen und Personen mit geschwächtem Immunsystem.



ÜBERTRAGUNG  
DURCH ROHE  
TIERISCHE PRODUKTE  
UND ROHKOST

## KRANKHEIT

**Ansteckung:** Die Übertragung erfolgt hauptsächlich durch den Verzehr kontaminierter Lebensmittel. Dabei kann es sich sowohl um tierische als auch um pflanzliche Produkte handeln. Wichtige Ansteckungsquellen sind Rohmilch und Rohmilchprodukte (insbesondere Weichkäse), Fleisch- und Wurstwaren, Fisch (insbesondere Räucherfisch) sowie Rohkost (insbesondere vorgeschnittene Salate). Eine direkte Übertragung von Mensch zu Mensch ist selten, kann aber beispielsweise während der Schwangerschaft von der Mutter auf das Kind erfolgen.

**Inkubationszeit:** Die ersten Symptome treten in der Regel innerhalb weniger Stunden bis Tage nach der Ansteckung auf, in Einzelfällen können es bis zu 70 Tage sein.

**Beschwerden:** Bei gesunden Erwachsenen treten oft keine oder nur leichte grippeähnliche Beschwerden wie Fieber, Muskelschmerzen oder Durchfall auf. Neugeborene, ältere Personen und Personen mit geschwächtem Immunsystem sind besonders gefährdet, schwere Komplikationen, wie eine Blutvergiftung oder eine Hirnhautentzündung, zu entwickeln. Bei Schwangeren verläuft die Erkrankung häufig nur mit leichten Symptomen. Eine Infektion während der Schwangerschaft kann jedoch auf das ungeborene Kind übergehen und zu einer Fehlgeburt oder einer schweren Erkrankung des Neugeborenen führen.

**Therapie:** Listeriose wird mit Antibiotika behandelt.

## VORBEUGUNG

Um Infektionen zu vermeiden, ist eine gute Küchenhygiene wichtig. Bei leicht verderblichen Lebensmitteln ist zudem auf das Haltbarkeitsdatum und die Lagerungstemperatur zu achten. Personen mit einem geschwächten Immunsystem, ältere Menschen und schwangere Frauen sollten folgende Lebensmittel meiden:

- rohes oder halbgares Fleisch, Wurstwaren
- rohen Fisch und Meeresfrüchte
- Weichkäse und weitere Produkte aus nicht pasteurisierter Milch
- ungewaschenes Obst und Gemüse
- Fertigsalate