

# Anspruchslose Keime

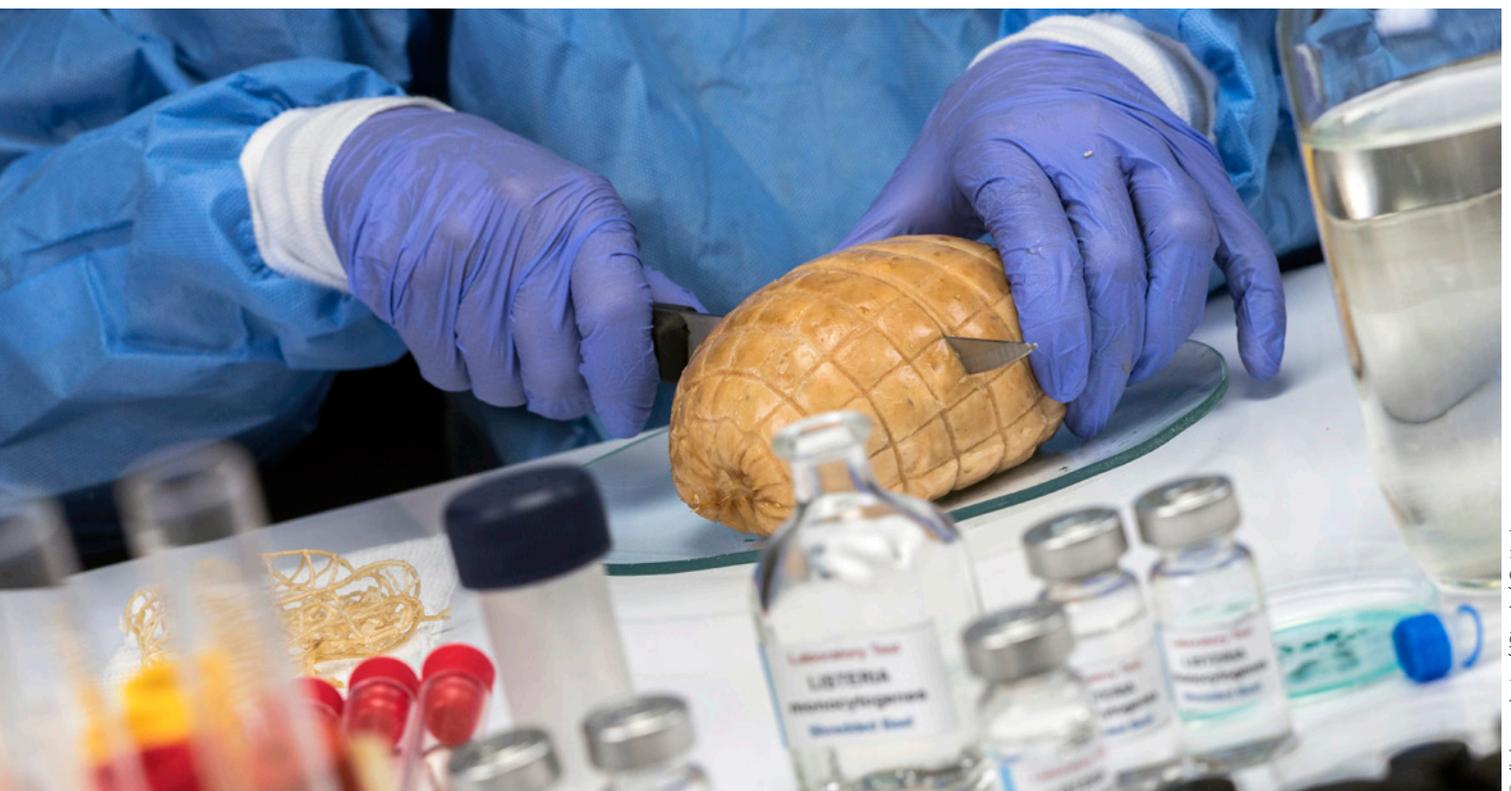
Eine **Listeriose** ist eine vergleichsweise seltene Infektionskrankheit, die durch engen Kontakt mit Tieren sowie durch kontaminierte tierische oder pflanzliche Nahrungsmittel verursacht wird.

**Z**war erscheinen einige andere Infektionskrankheiten weit weniger bedrohlich als eine Infektion mit Covid-19, dennoch sollten wir nicht vergessen, dass es auch andere Krankheitserreger gibt. Bei Listerien handelt es sich um stäbchenförmige, grampositive Bakterien, die nur geringe An-

forderungen an ihre Nährstoffversorgung haben. Hinzu kommt, dass sie recht widerstandsfähig sind und durch Umwelteinflüsse wie Salz, Säuren oder Sauerstoffmangel nicht geschädigt werden. Auch bei Kühlschranktemperaturen findet eine Vermehrung der Listerien statt, im Tiefkühlgerät überleben die Bakterien

ebenfalls, vermehren sich jedoch nicht. Die häufigste Bakterienart ist *Listeria monocytogenes*, sie befindet sich in fast allen mit Erde oder Staub kontaminierten Lebensmitteln.

**Kontaminierte Speisen** Listerien sind weltweit verbreitet und kommen nahezu überall vor, wie etwa ►



© digicomphoto / iStock / Getty Images

Dr. Böhm®

# Natürlich schöne Nägel

Natürliche Produkte von der Nr. 1 aus Österreich.\*

Stress, hormonelle Schwankungen oder eine unausgewogene Ernährung hinterlassen Spuren. Deshalb vertrauen schon hunderttausende Frauen in Österreich auf den Marktführer Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.\*\*



Nahrungsergänzungsmittel



Reichweitenstarke Anzeigenkampagne +++ 187,83 Mio. Kontakte\*\*\* u.a. in

tv14

Neue  
Post

Avanti

FRAU  
IM SPIEGEL

das  
neue

Schöne  
WOCHE

bella

Jetzt bevorraten! E-Mail: [mail@drboehm-info.de](mailto:mail@drboehm-info.de), Telefon: 06172 5951620, Fax: 06172 5951639

\* Apothekenumsatz lt. IQVIA Österreich OTC Offtake seit 2012

\*\* Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 04/2020

\*\*\* Reichweite laut Mediaplan (Juni – August 2020)

Dr. Böhm® – Natürlich. Für Frauen.

[drboehm-info.de](http://drboehm-info.de)

► in der Erde, in Abwässern, auf Pflanzen, im Tierkot oder -futter. Beim Melken oder beim Schlachten können sie in Lebensmittel gelangen, sodass oft vom Tier stammende Nahrung betroffen ist. Häufig sind es Pasteten, rohe Milch, Wurst, Aufschnitt, Weichkäse, Salate, Rohmilchprodukte, Räucherfisch, Sauermilch-, Schafs- und Ziegenkäse, die kontaminiert sind. Kritische Speisen sind auch Tee- oder Mettwurst, Mayonnaise sowie Geflügelfleisch. Trotz der Verbreitung der Listerien ist die Zahl der Erkrankungen recht niedrig, al-

gen des ungeborenen Kindes zur Folge haben kann. Die Weitergabe der Erreger von der Mutter auf das ungeborene Kind erfolgt über die Plazenta, durch Schmierinfektion von der Scheide oder vom After sowie bei der Geburt über eingetretes Fruchtwasser. Je früher der Fötus mit den Bakterien in Berührung kommt, desto geringer sind seine Überlebenschancen. Findet die Infektion im letzten Schwangerschaftsdrittel statt, überlebt das Kind meist, kommt allerdings häufig zu früh auf die Welt.

Schwangerschaft verordnet werden, da es keine Schäden beim ungeborenen Kind hervorruft. Auch in der Stillzeit ist der Einsatz von Ampicillin ohne Bedenken möglich.

### Prophylaktische Maßnahmen

„Peel it, cook it or leave it“ lautet das Motto, wenn man im Ausland vor einer Infektion mit Listerien verschont bleiben möchte. Der sicherste Schutz vor einer Infektion ist das Erhitzen der Lebensmittel – nicht nur auf Reisen. Grundsätzlich sollte man Nahrungsmittel im sauberen Kühlschrank lagern, vor dem Verzehr waschen und nicht zu lange aufbewahren. Insbesondere Gemüse reinigt man am besten gründlich und lagert es nicht mit rohem Fleisch zusammen. Sind Hände, Messer oder Flächen mit rohem Fleisch oder Gemüse in Kontakt gekommen, sollten sie gründlich gereinigt werden. Für Schwangere empfiehlt es sich, generell auf rohes Fleisch, rohen Fisch sowie auf unpasteurisierte Milch und Milchprodukte aus Rohmilch zu verzichten.

**Gefährlicher Keim gefunden** In China wurde im vergangenen Jahr ein hochvirulenter Erregerstamm des Lebensmittelkeims entdeckt, der als aggressivste Variante unter den bisher bekannten gilt. Diese Listerienart fand man bislang nur bei Schafen und Ziegen, sie könnte allerdings über die Nahrungskette auch Menschen infizieren. Der neue Listerienstamm kombiniert die Virulenzmerkmale verschiedener pathogener Listerien-Arten. Experimente mit Mäusen deuteten darauf hin, dass die Bakterien effektiv in die Zellen des Darms gelangen und rasch auch weitere Organe wie die Leber, die Milz oder die Lymphknoten im Bauchraum befallen. Problematisch ist außerdem, dass der Keim von den klassischen Listerien-Tests nicht erfasst wird. ■

Martina Görz,  
PTA, M.Sc. Psychologie und  
Fachjournalistin

## Schwangere sollten auf Rohmilchprodukte, rohe Fleisch- und Wurstwaren sowie Roheispeisen verzichten.

lerdings stieg die Zahl der Fälle in letzter Zeit weltweit sowie in Europa deutlich an. Problematisch ist, dass die Symptome gelegentlich erst nach bis zu 70 Tagen erscheinen und der Ursprung der Infektion dann kaum noch ermittelt werden kann. Der rechtzeitige Rückruf der kontaminierten Produkte ist dann nicht mehr möglich.

**Von harmlos bis lebensgefährlich** Gesunde Menschen, die sich infizieren, erkranken häufig gar nicht oder die Infektion verläuft harmlos. Gelangen viele Erreger in den Organismus, leiden Betroffene unter Durchfall oder Fieber. Eine Listeriose äußert sich auch durch grippeähnliche Symptome und kann bei schweren Verläufen zu Blutvergiftungen und Hirnhautentzündungen führen. Dies betrifft in der Regel Immunsupprimierte, ältere Menschen, Personen mit Vorerkrankungen oder Kleinkinder.

**Fehl-, Früh- oder Totgeburten** Bei Schwangeren gilt die Listeriose als sehr gefährlich, da sie Schädigung

Übertragen sich die Listerien während der Geburt auf das Baby, treten in den ersten Lebenstagen oder -wochen meist Symptome bei dem Neugeborenen auf. Die Erkrankung macht sich durch Sepsis, Lungen- oder Hirnhautentzündungen bemerkbar und geht mit einer schlechten Prognose einher – etwa ein Drittel der Säuglinge verstirbt an der Infektion.

**Therapie** Bestätigt sich der Verdacht auf eine Listeriose, benötigen Betroffene ein Antibiotikum. Grundsätzlich setzt man bei einer Listeriose Aminopenicilline ein, Mittel der Wahl sind die Wirkstoffe Ampicillin und Amoxicillin. Sie gehören zur Gruppe der Beta-Lactam-Antibiotika und heften sich an Proteine wie die Transpeptidase. Das Enzym gewährleistet normalerweise die Vernetzung der Glykopeptide der bakteriellen Zellwand. Durch die Hemmung der Transpeptidase wird die Zellwand instabil und das Bakterium platzt schließlich. Die Antibiotika verfügen somit über einen bakteriziden Effekt. Ampicillin darf auch während der

Schollmed

Wussten Sie?  
Fußpilzsporen können bis zu  
**1 Jahr**  
in Schuhen überleben!

## NEU: MIT SCHOLLMED FUSSPILZ EFFEKTIV BEHANDELN & WIEDERANSTECKUNGSZYKLUS DURCHBRECHEN

### Fußpilz kann hartnäckig sein

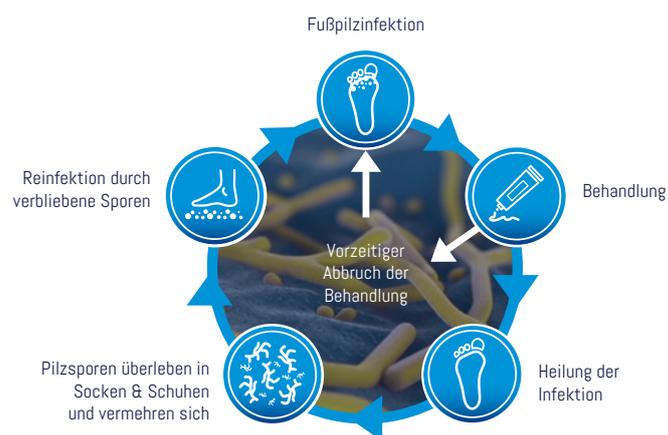
Etwa jeder Dritte Erwachsene in Deutschland leidet an der Volkskrankheit Fußpilz. Zu den häufigsten Symptomen zählen Juckreiz, Brennen und Rötungen einhergehend mit Entzündungen, welche für Betroffene sehr unangenehm und langwierig sein können. Eine sofortige Behandlung sollte somit nicht nur zwecks schneller Symptomlinderung eingeleitet werden, sondern auch um das weitere Ausbreiten, auf zum Beispiel die Nägel, zu verhindern.

Nur wenigen von Fußpilz Betroffenen ist bewusst, dass darüber hinaus ein Risiko der Reinfektion besteht. Hauptgründe sind vor allem vorzeitiger Behandlungsabbruch und Wiederansteckung durch in Schuhen verbliebene Fußpilzsporen, **welche bis zu einem Jahr überleben können**. Infolgedessen leiden etwa 45 % aller von Fußpilz Betroffenen innerhalb der ersten 10 Jahre nach Infektion regelmäßig an einem erneuten Ausbruch. Um diesen hartnäckigen Wiederansteckungszyklus zu durchbrechen, ist es wichtig, einen ganzheitlichen Behandlungsansatz zu verfolgen, der sowohl die lokale Behandlung beinhaltet, als auch begleitende Maßnahmen zur Vorbeugung einer Wiederansteckung.

### Das neue Schollmed 2-Schritt Behandlungskonzept

Seit Anfang März ist unter der apothekenexklusiven Marke Schollmed das ganzheitliche 2-Schritt Behandlungskonzept erhältlich. Schritt 1: Fußpilz behandeln. Das Breitband-Antimykotikum, Terbinafin Schollmed gegen Fußpilz Creme, behandelt durch seine fungizide Wirkung den Fußpilz direkt und verbleibt lange in pilzabtötender Konzentration in der Haut. Die kurze, leitlinienkonforme Anwendungsdauer von nur sieben Tagen sorgt für eine schnelle Linderung der Symptome und fördert die Adhärenz, um einen vorzeitigen Behandlungsabbruch, der zur Wiederansteckung führen kann, zu vermeiden. Schritt 2: Schuhe behandeln. Das Schollmed Anti-Pilz Schuh-Spray vernichtet Fuß- und Nagelpilzreger und beugt so der Wiederansteckung durch getragene Schuhe vor. Die Anwendung sollte alle Schuhe umfassen, die kürzlich getragen worden sind, und täglich parallel zur Fußpilzbehandlung wiederholt werden.

### WIEDERANSTECKUNGSZYKLUS



### Die ganzheitliche 2-Schritt Behandlung von Schollmed

#### 1. Schritt: BEHANDELN



Fußpilz  
effektiv  
behandeln



#### 2. Schritt: BEKÄMPFEN



Pilze abtöten,  
um erneutes  
Auftreten zu  
verhindern



NEU

Schollmed

Die neue apothekenexklusive  
Marke der Experten von Scholl

Schollmed Anti-Pilz Schuh-Spray

Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.

Terbinafin Schollmed gegen Fußpilz 10 mg/g Creme

Wirkstoff: Terbinafinhydrochlorid

**Zusammensetzung:** 1 g Creme enth.: Wirkstoff: 10 mg Terbinafinhydrochlorid. Sonst. Best.: Natriumhydroxid, Benzylalkohol, Sorbitanstearat, Cetylalmitat (Ph.Eur.) Cetylalkohol (Ph.Eur.), Stearylalkohol (Ph.Eur.), Polysorbat 60 [pflanzlich], Isopropylmyristat (Ph.Eur.), gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Behandlung von Tinea pedis (Fußpilz), verursacht durch Trichophyton (e.g. T. rubrum, T. mentagrophytes, T. verrucosum, T. violaceum) und Epidermophyton floccosum. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen Terbinafinhydrochlorid oder einen der sonst. Bestandteile in der Creme. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich: Pruritus, Erythem, Stechen. Selten: Überempfindlichkeit einschl. Hautausschlag und Urtikaria. Treten Überempfindlichkeitsreaktionen auf muss die Behandlung abgebrochen werden. Nicht bekannt: brennendes Gefühl der Haut, Irritationen an der Applikationsstelle. **Warnhinweise:** Enthält Cetylalkohol und Stearylalkohol. Fachinformation beachten. **Reckitt Benckiser Deutschland GmbH - 69067 Heidelberg | SOLD003**