

### Hinweise während der Schwangerschaft

1. Verarbeiten oder essen Sie kein rohes oder unzureichend gegartes Fleisch während der Schwangerschaft (kosten Sie es auch nicht). Kochen Sie Fleisch immer vollständig durch.
2. Tragen Sie Handschuhe, wenn Sie mit rohem Fleisch umgehen oder im Garten, mit Erde oder dem Sand aus Sandkästen arbeiten.
3. Waschen Sie Früchte und Gemüse sorgfältig.
4. Wenn möglich sollte eine andere Person das Katzenklo täglich entleeren, reinigen und die Einstreu entsorgen.



Weitere Informationen und Links zum Thema Toxoplasmose finden Sie auf [www.esccap.de](http://www.esccap.de).



ESCCAP ist eine unabhängige, gemeinnützige Organisation, die Empfehlungen entwickelt und bewährte Vorgehensweisen bei Parasitenbefall von Haustieren, dessen Kontrolle und Behandlung fördert. Mit den richtigen Vorgehensweisen kann das Risiko von Erkrankungen und parasitären Übertragungen zwischen Tieren und Menschen minimiert werden. ESCCAP möchte dazu beitragen, dass die Parasiten der Haustiere nicht länger die Gesundheit und das Wohlbefinden von Tieren und Menschen beeinträchtigen.

ESCCAP Österreich / ESCCAP Deutschland e.V.  
Am Hof 28, 50667 Köln (Altstadt/Dom)  
Telefon: +49 (0221) 759 126 98  
E-Mail: [info@esccap.de](mailto:info@esccap.de)  
Web: [www.esccap.at](http://www.esccap.at) / [www.esccap.de](http://www.esccap.de)

## Schwanger? Wie Sie eine Toxoplasmen-Infektion vermeiden können



## Was ist eine Toxoplasmose?

Die Toxoplasmose ist eine Krankheit, die durch *Toxoplasma gondii* verursacht wird. Dies ist ein mikroskopisch kleiner, einzelliger Parasit, der auch Menschen infizieren kann. In den meisten Fällen verläuft eine Infektion symptomlos. Wenn Krankheitszeichen auftreten, sind diese recht unspezifisch und zeigen sich in Form von Müdigkeit, angeschwollenen Lymphknoten und leichtem Fieber. Im Allgemeinen verschwinden die Symptome innerhalb einiger Wochen oder Monate. Darüber hinaus erkranken Personen, die sich einmal angesteckt haben, bei erneuter Infektion in der Regel nicht mehr. Für die meisten Personen verläuft eine *Toxoplasma*-Infektion daher zwar als unangenehme jedoch nicht ernsthafte Erkrankung. Bei Menschen die an einer Immunstörung leiden, können allerdings schwerwiegende und ohne Behandlung auch tödlich verlaufende Krankheitserscheinungen auftreten.

Auch für Frauen, die sich während ihrer Schwangerschaft zum ersten Mal mit *T. gondii* infizieren, kann die Infektion gefährlich sein. Die Ansteckung des ungeborenen Kindes wird als kongenitale Toxoplasmose bezeichnet. Das Baby wird dabei über die Plazenta infiziert. Dies kann vor allem zu ernsthaften Erkrankungen des Gehirns (Wasserkopf bzw. Hydrozephalus) und der Augen (Blindheit) führen. Wie schwerwiegend das Kind betroffen ist, hängt davon ab, zu welchem Zeitpunkt der Schwangerschaft, d.h. in welcher Entwicklungsphase des Fötus, die Infektion auftritt. Manchmal kann eine kongenitale Toxoplasmose eine Fehlgeburt oder eine Frühgeburt verursachen. Nicht immer sind die Anzeichen einer kongenitalen Toxoplasmose sofort nach der Geburt erkennbar. Zuweilen treten die Symptome erst später auf, insbesondere im Fall von Sehstörungen.

*Toxoplasma gondii* wird nicht in jedem Fall einer Infektion der Mutter während der Schwangerschaft auf das ungeborene Kind übertragen. Schätzungen zufolge geschieht dies nur in etwa 30% der Fälle einer während der Schwangerschaft erfolgenden mütterlichen Erstinfektion.

Für Personen mit einer Immunstörung (z. B. nach Transplantationen oder bei HIV/AIDS) ist es wichtig zu wissen, ob sie in der Vergangenheit bereits eine *T. gondii*-Infektion durchlaufen hatten. War dies der Fall, ist die Entstehung einer schwerwiegenden Toxoplasmose möglich und eine medikamentöse Vorbeugung kann dann notwendig sein.

## Wie infizieren sich Menschen mit Toxoplasmen?

Es gibt zwei Hauptwege sich mit Toxoplasmen zu infizieren: (I) Aufnahme von *T. gondii*-Zysten durch Verzehr von nicht ausreichend gegartem Fleisch von infizierten Tieren bzw. Umgang mit derartigem Fleisch und anschließender Schmierinfektion sowie (II) die Aufnahme von *T. gondii*-Dauerstadien (Oozysten) über kontaminierte Früchte, Gemüse, Erde oder verunreinigtes Wasser.



Zu I: Nutztiere, wie Schweine, Schafe und Rinder können mit Toxoplasmen infiziert sein, ohne Anzeichen dafür zu zeigen. Die o.a. *T. gondii*-Zysten befinden sich zum Beispiel im Muskelgewebe. Diese können von Menschen bei Verzehr von rohem oder unzureichend gegartem Fleisch (bzw. welches zuvor nicht ausreichend lang und tief eingefroren war) zu Infektionen führen.

Zu II: Der Kot von Katzen kann *T. gondii*-Oozysten enthalten. Diese mit dem Kot ausgeschiedenen Oozysten sind für andere Tiere und den Menschen nicht sofort ansteckend, sondern benötigen einige Tage bis sie infektiös werden. Aus diesem Grund ist es wichtig, das Katzenklo täglich gründlich zu reinigen und den Inhalt zu entsorgen, bevor die Oozysten infektiös werden. Bedenken Sie ebenso, dass auch die Umgebung (Garten, Sandkasten usw.) mit Oozysten verunreinigt sein kann. Da die Parasiten bis zu 1,5 Jahre in der Umwelt überleben können, ist die verunreinigte Erde nicht mehr als kotverschmutzt zu erkennen. Bei der Gartenarbeit ist das Tragen von Handschuhen deshalb eine wichtige Vorsichtsmaßnahme. Obst und Gemüse kann mit Oozysten behaftet sein (vor allem von solchen Pflanzen, die bodennah wachsen, oder Früchte, die vom Boden aufgehoben werden) und sollte vor dem Verzehr sorgfältig gewaschen werden. Oberflächenwasser kann ebenfalls mit *Toxoplasma*-Oozysten kontaminiert sein, es wird diesbezüglich allerdings lediglich ein sehr untergeordnetes Infektionsrisiko angenommen. Es ist höchst unwahrscheinlich, dass Sie sich durch den direkten Kontakt mit Katzen infizieren, weshalb das Streicheln Ihrer Katze kein Problem darstellt. Die Katze ist das einzige Haustier, das nach Infektion Oozysten ausscheidet. Der Kontakt mit anderen Haustieren wie z.B. Hunden stellt daher kein maßgebliches Infektionsrisiko dar.

Viele Frauen haben sich vor ihrer Schwangerschaft nicht mit Toxoplasmen infiziert, so dass sie und ihr Kind nicht aufgrund einer erworbenen Immunität vor Toxoplasmose geschützt sind. Infolgedessen ist es für Schwangere sehr wichtig, Maßnahmen zu ergreifen, um während der Schwangerschaft eine Infektion mit Toxoplasmen zu verhindern. Eine Blutuntersuchung kann Aufschluss über eine bereits erfolgte Infektion geben. Frauen bereits vor einer Schwangerschaft darüber zu informieren, wie sie eine Infektion vermeiden können, ist allerdings die beste Vorbeugung gegen Toxoplasmose in der Schwangerschaft.

