

Hygiene- und Ernährungsregeln für Schwangere ohne Immunschutz gegen Toxoplasmose

Ihre Blutuntersuchung hat ergeben, dass **Sie keine Abwehrstoffe (Immunität) gegen eine Toxoplasmose-Erkrankung** haben. Es besteht daher das Risiko, dass Sie sich während Ihrer Schwangerschaft mit dem Erreger der Toxoplasmose infizieren. Eine solche Neuinfektion tritt bei etwa 5 bis 6 von 1.000 Schwangeren auf. Das Infektionsrisiko für das ungeborene Kind im Mutterleib ist zu Beginn der Schwangerschaft nur gering, steigt jedoch im Verlauf der Schwangerschaft an. Die Infektion kann bei Ihrem **ungeborenen Kind bleibende Schäden** verursachen, die umso schwerer ausfallen, je früher die Infektion erfolgt.

Bitte lesen Sie die folgenden Informationen sorgfältig, um eine Erkrankung zu vermeiden!

Was ist Toxoplasmose, und wie kann man sich infizieren?

Toxoplasmose ist eine Infektion mit einem mikroskopisch kleinen Parasiten, der sich im Darm von meist jungen Katzen vermehrt und mit dem Kot ausgeschieden wird. Der Parasit kann jahrelang an Stellen überleben, wo der Kot abgesetzt wurde, z. B. im „Katzenklo“, in Gartenerde, Blumentöpfen, Sandkästen oder Gemüsebeeten. Man infiziert sich durch „Hand zu Mund“-Kontakt nach Berührung von infizierten Katzen, von Erde oder anderen Dingen, die mit dem Erreger verschmutzt sind.

In anderen Tieren vermehrt sich der Erreger von Toxoplasmose nicht im Darm, sondern bildet Zysten im Muskelfleisch. Auch diese Zysten können eine Erkrankung hervorrufen, wenn Sie Fleisch (von Schwein, Ziege u. Schaf) roh verzehren.

Um eine Infektion zu vermeiden, möchten wir auf folgende Verhaltensmaßnahmen aufmerksam machen:

- Essen Sie nur gut gekochte oder durchgebratene Fleisch- und Wurstwaren! Dies gilt besonders für Schweine-, Schaf-, Ziegen- und Rindfleisch. Verzichten Sie am besten vollständig auf rohes Fleisch (Tartar, Mett, halbgare Steaks, Hackfleisch). Im Restaurant lieber Geflügel oder Fisch essen.
- Berühren Sie Ihren Mund nicht mit den Händen, während Sie Fleisch, Salat und Gemüse zubereiten
- Rohes Obst, Gemüse und Salat vor dem Verzehr gut und gründlich waschen! Waschen Sie sich nach der Zubereitung von Fleisch, Salat und Gemüse und immer vor dem Essen Ihre Hände sorgfältig mit Seife und Bürste
- Tragen Sie bei Garten-, Feld- und anderen Erdarbeiten Handschuhe. (auch Umtöpfen, Blumenschneiden etc.), und waschen Sie dennoch danach Ihre Hände immer sorgfältig mit Seife und Bürste.
- Gehen Sie Katzen und ihrem Kot wenn möglich aus dem Weg.

Wenn Sie eine Katze halten und behalten wollen, achten Sie auf folgende Hinweise:

- Verwenden Sie Dosen- oder Trockenfutter.
- Halten Sie Ihre Katze nur in der Wohnung.
- Lassen Sie von einer anderen Person die Katzentoilette täglich mit kochend heißem Wasser ca. 3-5 min. reinigen und vermeiden sie den Kontakt mit Katzenstreu.

Bitte beachten Sie: Sie können sich trotz aller Vorsichtsmaßnahmen infizieren!

In den meisten Fällen (ca. 90 %) verläuft eine solche Infektion mit dem Toxoplasmose-Erreger allerdings unbemerkt!

Der Labortest zum Nachweis oder Ausschluss einer Toxoplasmose-Infektion sollte daher während Ihrer Schwangerschaft in ca. der 20. Und 30. SS-Woche wiederholt werden. Eine sofortige Antibiotikatherapie bei Ihnen kann dann helfen, eine Infektion und daraus entstehende Schäden Ihres ungeborenen Kindes zu vermeiden.