Landratsamt
Neustadt
an der Waldnaab

Merkblatt für Betroffene

Shigellose

(Stand: 10.11.2026)

Allgemeines:
Die Shigellose, auch bakterielle Ruhr genannt, ist eine ansteckende Darminfektion. Sie wird durch Bakterien der Gattung Shigella verursacht. Die Erkrankung kann leicht verlaufen, aber auch zu ausgeprägtem Durchfall und Flüssigkeitsverlust führen.

Übertragung:
Die Übertragung erfolgt durch Schmierinfektion, d.h. die Erreger, die Erkrankte oder infizierte Personen über den Darm ausscheiden, gelangen durch Hand-Mund-Kontakt in den Körper. Auch verunreinigtes Trinkwasser, Lebensmittel oder auch Badegewässer sind als Infektionsquellen von großer Bedeutung. Shigellen sind sehr ansteckend. Schon wenige Keime (ca. 10 – 200) reichen aus, um eine Erkrankung auszulösen.

Krankheitsbild:
Die Inkubationszeit beträgt in der Regel 12 bis 96 Stunden. Das bedeutet, dass Beschwerden meist innerhalb von einem bis vier Tagen nach der Ansteckung auftreten.
Die Krankheit variiert zwischen leichten Verlaufsformen mit geringen wässrigen Durchfällen und schweren Erkrankungen mit blutigen, eitrigen Durchfällen und Fieber. Das Auftreten von blutig-schleimigen Stühlen entspricht dem klinischen Bild der Ruhr. Bauchkrämpfe sind typisch für eine Shigellose. Weitere Beschwerden können schmerzhafter Stuhldrang, Erbrechen und ein mit dem Durchfall verbundener hoher Flüssigkeitsverlust sein. Eine Ansteckungsfähigkeit besteht während der Erkrankung und solange die Erreger mit dem Stuhl ausgeschieden werden. Dies kann bis zu 4 Wochen dauern.

Behandlung:
Wichtig ist, ausreichend Flüssigkeit und gegebenenfalls Elektrolyte aufzunehmen. Ob eine Behandlung mit Antibiotika erforderlich ist, entscheidet die behandelnde Ärztin oder der behandelnde Arzt. Antibiotika sollten nicht eigenständig eingenommen werden.

Erkrankte Personen und Krankheitsverdächtige dürfen Gemeinschaftseinrichtungen zunächst nicht besuchen. Für die Wiederzulassung sind der Krankheitsverlauf und gegebenenfalls negative Stuhluntersuchungen entscheidend. Der Zeitpunkt der Rückkehr muss mit dem Gesundheitsamt abgestimmt werden.
Eltern/Sorgeberechtigte sind verpflichtet, die Erkrankung ihres Kindes der Betreuungseinrichtung mitzuteilen.
Diese Regelung gilt sinngemäß auch für das Personal der Gemeinschaftseinrichtungen.

Für Erkrankte und Krankheitsverdächtige bestehen außerdem die gesetzlichen Tätigkeitsverbote im Lebensmittelbereich gemäß § 42 IfSG.

nach: RKI, Ratgeber für Ärzte, Stand: September 2021

Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Solange Ansteckungsgefahr besteht, ist für Erkrankte und enge Kontaktpersonen persönliche Hygiene unerlässlich, damit eine Weiterverbreitung verhindert werden kann. Die folgenden Empfehlungen betreffen daher in Haushalten auch gesunde Mitbewohner:

- Händehygiene nach jedem Toilettenbesuch, nach Kontakt mit möglicherweise verschmutzten Gegenständen (z. B. Toilettenbrille, Windeln), vor der Zubereitung von Mahlzeiten und vor dem Essen:
  1. Gründliches Waschen mit Wasser und Seife (am besten: Seifenspender)
  2. Verwendung von Einmalhandtüchern (auch: Papierküchentücher) zum Abtrocknen der Hände
  3. Wenn möglich, Hände anschließend desinfizieren.
- Hygieneartikel, Handtücher und Waschlappen sollten personenbezogen verwendet werden.
- Verunreinigte Gegenstände und Flächen (z. B. Toilettendeckel, Wascharmaturen, Türgriffe) sollten gründlich gereinigt und wenn möglich desinfiziert werden.
- Haushaltshandschuhe sollten bei Tätigkeiten getragen werden, bei denen ein direkter Kontakt zu Ausscheidungen des Erkrankten möglich ist (z. B. Windelwechsel, Reinigung).
- Erkrankte sollten die Zubereitung von Speisen gesunden Haushaltsmitgliedern überlassen. Unter keinen Umständen sollte der Erkrankte für einen größeren Personenkreis (z. B. Familienfeiern) kochen.
- Wäsche, insbesondere Unter- und Bettwäsche sowie Handtücher sollten bei 60 °C gewaschen werden.
- Falls zwei Toiletten vorhanden sind, empfehlen wir eine Toilette ausschließlich für den Erkrankten oder den Ausscheider zu reservieren.

Weitere Informationen über Infektionskrankheiten, sowie über hygienisch korrekte Lebensmittelzubereitung erhalten Sie im Internet unter www.gesundheitsamt.neustadt.de

Sollten Sie noch Fragen haben, können Sie sich unter der Rufnummer 09602- 79-6010 gern auch telefonisch an uns wenden.

nach: RKI, Ratgeber für Ärzte, Stand: September 2021