Landratsamt
Neustadt
an der Waldnaab

Merkblatt für Betroffene
Giardia lamblia

(Stand: 12.02.2026)

Allgemeines:
Bei Giardia lamblia handelt es sich um einen Darmparasiten, der in einer aktiven Lebensform und in einer stabilen Ruheform (Zyste) vorkommt.
Giardia lamblia ist weltweit verbreitet und tritt gehäuft in tropischen Ländern auf.

Übertragung:
Die Erkrankung wird von Mensch zu Mensch, durch kontaminierte Nahrungsmittel, allgemeine Gegenstände oder über Tierkontakt übertragen. Die Zysten von Giardia lamblia werden mit dem Stuhl des Erkrankten ausgeschieden und können durch winzige Stuhlspuren an den Händen (Schmierinfektionen) wieder aufgenommen und an andere weiterverbreitet werden (fäkal-oral).

Giardia lamblia-Zysten bleiben in der Umwelt für einige Zeit infektionstüchtig.

Am häufigsten wird die Erkrankung bei Reisen in Länder mit geringem Hygienestandard erworben, da dort das Trinkwasser oder die Nahrungsmittel durch Abwasser mit Giardia lamblia-Zysten belastet sein können.

Weiterhin kann ein enger Kontakt zu Erkrankten oder symptomlosen Ausscheidern, z.B. gemeinsames Benutzen von Toiletten bei nicht ausreichender Hygiene, zur Weiterverbreitung der Erkrankung führen. Bei kleinen Kindern kann der Erreger beispielsweise durch infektiösen Stuhl in Windeln übertragen werden.

Krankheitsbild:
Nach einer Ansteckung mit Giardia lamblia beträgt die Zeit bis zum Ausbruch der Krankheit (Inkubationszeit) in der Regel zwischen 3 - 25 Tage (im Mittel 10 – 15 Tage). Häufig bleibt die Infektion symptomlos. Im Normalfall wird eine Infektion durch das Immunsystem nach wenigen Wochen spontan beseitigt. Wird der Erreger nicht eliminiert, kann es zu Darmbeschwerden und Durchfall kommen. Während die Durchfälle anhalten, sind die Parasiten im Stuhl am höchsten.

Krankheitszeichen sind Blähungen, unklare Magen-Darm-Beschwerden, Übelkeit, Erbrechen, krampfartige Bauchschmerzen, sowie schleimige, selten blutige Stühle. Normalerweise bleibt der Parasit im Dünndarm, bei Immunschwäche kann es jedoch zur Besiedlung und Entzündung der Gasse und Bauchspeicheldrüse kommen.

Auch langwierige Verläufe über Monate treten auf, sie sind gefolgt von Gewichtsverlust, Lactose-unverträglichkeit und Eiweißverlust.

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

Behandlung:
Die Behandlung erfolgt durch Einnahme von speziellen Antibiotika. Der durch Erbrechen und Durchfall entstandene Flüssigkeitsverlust muss durch vermehrtes Trinken ausgeglichen werden. Weiteres besprechen Sie bitte mit dem Hausarzt.

Erkrankte oder erkrankungsverdächtige Kinder unter 6 Jahren dürfen Gemeinschaftseinrichtungen, wie Krippen oder Kindergärten erst wieder nach Genesung, in der Regel ist dies 48 Stunden nach Abklingen der Beschwerden, besuchen.
Die Vorlage eines Attests ist nicht erforderlich.
Eltern sind übrigens verpflichtet, die Erkrankung ihres Kindes der Betreuungseinrichtung mitzuteilen.

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

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, so empfehlen wir eine Toilette ausschließlich für den Erkrankten oder den Ausscheider zu reservieren.
- Auf das Schwimmen in Schwimmbädern und Badegewässern sollte für mindestens 14 Tage nach Abklingen der Durchfallsymptome verzichtet werden.

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