


OKTOBER

DER TOD AUS
DER BRAUSE?


WARUM DIE LEGIONÄRS-
KRANKHEIT BEI WEITEM
NICHT SO GEFÄHRLICH
IST WIE DER RUF, DER
IHR VORAUSEILT.

© bigstock/tyrannosaurus

Erstmals im Jahre 1976 in Philadelphia auf einem Veteranenkongress in den USA entdeckt, häufen sich in den letzten Jahrzehnten zunehmend die Zahlen der Infektionen vor allem mit der für den Menschen gefährlichsten Gattung, der *Legionella pneumophila*. Laut der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie werden in Deutschland jährlich etwa 30.000 Menschen mit der Diagnose konfrontiert. Doch sind die kleinen Truppen wirklich so gefährlich wie ihr Name? Und wie kann man sich vor einer Infektion schützen?

Wohl fühlen sich die kleinen stäbchenförmigen Bakterien in Süß- und Salzwasser bei einer Temperatur von 25 bis 50 Grad – vor allem wenn das Wasser gleichzeitig steht, denn dann können sie sich am besten vermehren. Und so finden sich Legionellen in Wasserleitungen und -hähnen, Duschköpfen, Schwimmbädern und Whirlpools, Klimaanlage und Luftbefeuchtern, sprich: überall, wo sich Wasser sammelt. Erst wenn bei einer Probe mehr als 100 koloniebildende Einheiten (kbE) pro 100 Milliliter gefunden werden, muss durch den Fachmann eingeschritten werden. Ein gesundheitsgefährdendes Potential für gesunde Personen liegt zudem erst bei mehr als 10.000 kbE vor.

Dabei stellt das Waschen mit oder Trinken des kontaminierten Wassers eher kein Problem dar. Knifflig wird es, wenn das verseuchte Wasser zerstäubt oder verdampft und dann inhaliert wird. Die Keime können so in die Lunge gelangen, wo sie wiederum ein optimales Milieu vorfinden, um sich weiter fröhlich zu vermehren. Bei einer abgelaufenen Ansteckung unterscheidet man jedoch eine milde von einer schweren Verlaufsform. Das Pontiac-Fieber, die milde Verlaufsform, äußert sich in grippeartigen Symptomen, die oft von selbst wieder vergehen und lediglich einer symptomatischen Therapie bedürfen. Kommt es zur schweren Verlaufsform im Sinne einer ausgeprägten Lungenentzündung, kann es gefährlich werden, da sich die Keime nur durch einen speziellen Urin-Test oder durch komplizierte Bluttests nachweisen lassen und man oftmals über die Erörterung der Krankheitsentstehung nicht unbedingt oder erst spät auf den Auslöser stoßen kann. Eine warme

Dusche oder ein Bad im Whirlpool sind ja nicht unbedingt außergewöhnliche Lebensereignisse und ein Hotel- oder Saunabesuch heutzutage keine Seltenheit. In der Therapie werden spezielle Antibiotika verwendet, die beim „herkömmlichen“ Infekt zunächst nicht zur Anwendung kommen. So kann es auch hier zu einer Verzögerung der Genesung kommen, da diese herkömmlichen Antibiotika diesen speziellen Keim mit ihrer Wirkungsbreite oft nicht erfassen. Die Legionellen sind also deshalb potentiell gefährlich, weil sie sich unter dem Deckmantel einer „normalen Infektion“ geschickt verstecken können. Für Gesunde ist das meist nicht so bedrohlich. Gefährdet sind jedoch immungeschwächte Personen, Senioren, Raucher sowie Personen, die sich zum Beispiel berufsbedingt oft im Ausland oder generell viel im Stress befinden, denn auch hier ist das Immunsystem oft geschwächt. Treten bei einem langwierigen, mehrwöchigen „grippalen“ Infekt neben Husten weitere Symptome wie Muskelschmerzen, Erschöpfung, Kopfschmerzen oder wässrige Durchfälle auf, sollte man seine vorangegangenen Wochen auf einen möglichen Infektionsweg für die kleinen Invasoren abklopfen und unbedingt einen Arzt zurate ziehen.

Um eine erhöhte Besiedelung der eigenen Wasserleitungen oder Infektionen auswärts zu vermeiden, empfiehlt es sich, Mischdüsen und Wasserhähne regelmäßig zu säubern und zu entkalken und den Hahn mindestens alle drei Tage aufzudrehen, damit das Wasser in den Leitungen in Bewegung bleibt. Nach längerer Abwesenheit aus heimischen Gefilden sollten Kalt- und Warmwasserhähne einige Minuten aufgedreht werden – allerdings nur solange

die jeweilig gewünschte Temperatur deutlich zu fühlen ist. Das analoge Vorgehen empfiehlt sich auch auf Reisen, und wer den Dämpfen entgehen möchte, sollte hierzu einfach – falls vorhanden – ein Fenster öffnen und aus dem Raum gehen. Alleine dadurch lässt sich das Problem aber meist nicht lösen, da ein Legionellenbefall je nach Zustand und Alter der jeweiligen Wasserleitungen und -systeme oder durch eine schlechte Wartung immer wieder auftreten kann. Für Betrieb und Sanierungen von Trinkwasseranlagen gibt es daher strenge Richtlinien: Für Großanlagen, aus denen Trinkwasser an die Öffentlichkeit abgegeben wird, besteht eine jährliche Untersuchungspflicht, also z.B. bei Kindergärten, Krankenhäusern, Altenheimen, Schulen und Flughäfen.

Betreiber von Trinkwasser-Installationen, in denen sich eine Großanlage zur Trinkwassererwärmung befindet, müssen – sofern aus dieser Trinkwasser im Rahmen einer ausschließlich gewerblichen Tätigkeit wie z.B. in vermietetem Wohnraum und Arbeitsstätten abgegeben wird – das Trinkwasser routinemäßig alle drei Jahre untersuchen lassen. Entsprechende Anlagen in Ein- und Zweifamilienhäusern zählen nicht zu Großanlagen zur Trinkwassererwärmung, weshalb es auch keine wirklichen Vorgaben zur Prüfung gibt. Eine Gefährdungsanalyse kann aber jederzeit von Trinkwasser-Installationsfachbetrieben (eingetragen im Installateurverzeichnis eines Wasserversorgungsunternehmens), einschlägigen Ingenieurbüros, anderen Fachplanern oder Hygieneinstituten durchgeführt werden. Oftmals lassen sich die kleinen Söldner erst durch eine Nachbesserung oder Sanierung der Wasserversorgung wirklich effizient vertreiben. Den kleinen zu sehr einheizen, also das Wasser vor Verwendung regelmäßig auf Temperaturen über 60 Grad zu erhitzen, bringt übrigens auch nichts: Die Bakterien gewöhnen sich an die heißen Temperaturen und vermehren sich mitunter munter weiter.



Deswegen: Lieber einmal zu viel nachschauen und die alten Rohre abklopfen, als sich einmal mit dem heimtückischen Keim anstecken. Denn bis zur Genesung kann das mitunter ganz schön lange dauern.

In diesem Sinne: Bleiben Sie gesund und grüßen Sie den Arzt Ihres Vertrauens von uns,

Ihr Praxisteam Dres. Lehmann & Kollegen



DRES. LEHMANN & KOLLEGEN



DRES. LEHMANN & KOLLEGEN

Regensburger Str. 29 | D-93138 Lappersdorf
 Tel.: +49 (0)941 81765 | Fax.: +49 (0)941 81774
www.hausarzt-lappersdorf.de

SPRECHZEITEN UND TERMINE | Bitte vereinbaren Sie mit uns einen Termin.

MO 07:00 - 20:00 Uhr	DI 07:00 - 18:00 Uhr
MI 07:00 - 18:00 Uhr	DO 07:00 - 18:00 Uhr
FR 07:00 - 13:00 Uhr	SA 09:00 - 11:00 Uhr

(Notfallsprechstunde)

