



Bild: AdobeStock

## Listerien: Wie gefährlich ist eine Infektion?

Stand: 03.05.2022

Für Menschen mit Grunderkrankungen, die das Immunsystem schwächen, Ältere und Schwangere stellen Listerien ein hohes Risiko dar. Ungeborene Kinder können im Mutterleib infiziert werden und eine Frühgeburt auslösen.

Todesfälle durch verseuchte Wurst oder belasteten Käse, Infektions-Ausbrüche durch Räucherlachs: Listerien (*Listeria monocytogenes*) machen immer wieder Schlagzeilen. Infektionen mit diesem Bakterium sind meldepflichtig und sehr gefährlich, da Listerien bei einigen Menschen sowohl eine schwere Blutvergiftung (Sepsis) als auch eine Hirnhautentzündung (Meningitis) auslösen können. Etwa jede zehnte Listerienerkrankung (Listeriose) endet tödlich.

### Symptome und Krankheitsverlauf einer Listeriose

Symptome treten erst Tage bis Wochen nach dem Verzehr kontaminierter Lebensmittel auf. Während ansonsten gesunde Menschen höchstens leichte Symptome wie Durchfall, Fieber oder Muskelschmerzen verspüren, können die Erreger bei Menschen mit schwacher Immunabwehr durch die Darmwand ins Blut gelangen und breiten sich dann weiter aus. Um der Immunabwehr zu entgehen, verstecken sie sich auch in körpereigenen Zellen.

## Listerien: Infektion beim Verzehr von rohen Lebensmitteln

Die Infektion geht von rohen Lebensmitteln aus: Listerien gedeihen zum Beispiel auf Wurst, Hackfleisch, Rohmilch-Käse, Räucherfisch oder auch auf Fertigsalaten. In der Natur sind die Bakterien weit verbreitet. Sie leben in Pfützen und im Boden, haften an der Erde, auf Gemüse oder Obst. Besonders gut vermehren sich Listerien in Silageballen, die zu Viehfutter werden. Über das Futter infizieren sie die Nutztiere, gelangen so in die Rohmilch oder das Fleisch. Da Listerien extrem widerstandsfähig sind, überleben sie in rohen Lebensmitteln lange und vermehren sich auch im Kühlschrank. Weder Minus-Temperaturen im Eisfach noch Säuren, Laugen oder Räuchern macht ihnen etwas aus. Nur Erhitzen mit einer Kerntemperatur von 70 Grad über mindestens zwei Minuten tötet Listerien sicher ab.

## Lebensmittel: Erlaubter Listerien-Wert für Schwangere dennoch riskant

Bei Lebensmittelkontrollen werden die Produkte überprüft: Höchstens 100 Listerien pro Gramm dürfen Lebensmittel während ihrer Haltbarkeitsdauer enthalten. Eine so kleine Menge ist für gesunde Menschen ungefährlich - für Schwangere aber bereits riskant. Verbraucher können einen Befall mit den Bakterien nicht erkennen, denn Listerien sind weder zu riechen noch zu sehen.

## Gefahr durch Hygienemängel bei der Lebensmittelverarbeitung

Das größte Risiko ist mangelnde Hygiene in Schlachthöfen, Molkereien oder ähnlichen Verarbeitungsbetrieben. In Einzelfällen überlebten die Erreger sogar jahrelang auf Werkzeugen und konnten so auf Tausende Lebensmittelprodukte übertragen werden. Auch Fertigsalate, die in großen Waschrögen gewaschen wurden, sind anfällig für Listerienbefall. Deshalb sollten Verarbeitungsbetriebe engmaschig kontrolliert werden. Aber das geschieht nicht immer.

Werden Erkrankungsfälle gemeldet, forscht das zuständige Gesundheitsamt nach der Infektionsquelle. Beim Robert Koch-Institut in Berlin laufen solche Ermittlungen aus ganz Deutschland zusammen, die Befragungen der Kranken ebenso wie die Ergebnisse ihrer Blutproben, aus denen ein genetischer Fingerabdruck der Bakterien erstellt wird. Auch die in Lebensmittelkontrollen gefundenen Bakterien werden auf diese Weise typisiert. Ein Abgleich des genetischen Fingerabdrucks zeigt, aus welchem Verarbeitungsbetrieb die krank machenden Listerien kommen. Doch bis die

Fahndung zu einem Ergebnis führt und der verseuchte Betrieb geschlossen wird, kann einige Zeit vergehen.

Verbraucherschützerinnen und -schützer fordern daher schon lange mehr vorsorgliche Routinekontrollen - und mehr Transparenz bei Herstellern und Behörden. Solange das nicht der Fall ist, bleibt Schwangeren, Älteren und Vorerkrankten nur eins: vorsichtshalber auf Produkte zu verzichten, die mit Listerien belastet sein könnten.

Annika Hering, Ärztin [www.kiel.de](http://www.kiel.de) Dr. Thomas Fenner, Labormediziner [www.fennerlabor.de](http://www.fennerlabor.de) Prof. Dr. Helmut Fickenscher, Institutsleiter [www.infmed.uni-kiel.de](http://www.infmed.uni-kiel.de)

<https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Listerien-Wie-gefaehrlich-ist-eine-Infektion,listerien146.html>