

Gerade noch fit, wenige Stunden später lebensgefährlich

11.9.2026 - Daria Siverina | Universitätsklinikum Bonn

Am 13. September ist Welt-Sepsis-Tag: Was eine Sepsis so tückisch macht.

Bonn, 11. September 2026 - Sepsis: Gerade noch fit, wenige Stunden später in Lebensgefahr? Eine Infektion kann plötzlich außer Kontrolle geraten - und dann zählt jede Minute. Doch woran erkennt man, dass es nicht mehr „nur“ eine Grippe, Lungenentzündung oder Blasenentzündung ist? Muss man dafür hohes Fieber haben? Kann es auch junge, gesunde Menschen treffen? Und was hat es eigentlich mit dem berühmten roten Strich auf der Haut auf sich?

Prof. Christian Putensen, Sektionsleiter Operative Intensivmedizin am Universitätsklinikum Bonn (UKB) und Mitglied im Sepsis-Netzwerk der Deutschen Sepsis Stiftung, erklärt anlässlich des Welt-Sepsis-Tags, warum dieses Krankheitsbild so tückisch ist, welche Warnzeichen wirklich zählen und wann man keine Zeit mehr verlieren sollte.

Sepsis klingt zunächst nach einem medizinischen Fachbegriff. Was passiert dabei eigentlich im Körper - und warum kann eine Infektion plötzlich lebensgefährlich werden?

Prof. Putensen: Bei einer Infektion kommt es zu einer normalen Abwehrreaktion des Körpers auf Bakterien, Viren oder andere Mikroorganismen. Das Immunsystem wird aktiviert und versucht, die Infektion einzudämmen.

Bei einer Sepsis gerät diese Immunreaktion jedoch außer Kontrolle. Es kommt zu einer überschießenden Entzündungsreaktion, die nicht mehr nur die ursprüngliche Infektion betrifft, sondern den gesamten Körper. Dadurch können lebenswichtige Organe geschädigt werden – im schlimmsten Fall kommt es zu einem Versagen mehrerer Organe.

Woher kommt eine Sepsis? Kann eine ganz alltägliche Infektion eine Sepsis auslösen?

Prof. Putensen: Ja. Eine Sepsis beginnt tatsächlich mit einer ganz normalen Infektion. Besonders häufig sind beispielsweise Lungenentzündungen und Harnwegsinfektionen. Aber auch infizierte Wunden können eine Sepsis auslösen.

Das bedeutet allerdings nicht, dass aus jeder Infektion eine Sepsis wird. Entscheidend ist, wie der Körper auf die Infektion reagiert.

Woran kann ich als Laie erkennen, dass es vielleicht nicht mehr „nur“ eine Grippe, Lungenentzündung oder Blasenentzündung ist?

Prof. Putensen: Entscheidend ist vor allem, ob sich der Zustand eines Menschen mit einer Infektion rasch und deutlich verschlechtert.

Warnzeichen sind beispielsweise eine Bewusstseinsstörung – die Person ist plötzlich schlecht ansprechbar, verwirrt oder wirkt desorientiert. Auch ein sehr schneller Puls kann ein Hinweis sein. Als kritisch gilt beispielsweise eine Herzfrequenz von über 100 Schlägen pro Minute. Ein deutlich niedriger Blutdruck kann ebenfalls auf eine Kreislaufinstabilität hinweisen. Zusätzlich kann eine deutlich erhöhte Atemfrequenz auftreten.

Diese Zeichen sind für sich allein nicht beweisend. Wenn aber beispielsweise bei einer bekannten

Infektion eine deutliche Bewusstseinsveränderung und ein sehr schneller Puls und/oder Atemfrequenz auftreten, sollte man an eine Sepsis denken und unverzüglich qualifizierte medizinische Hilfe holen.

Muss ich bei einer Sepsis immer hohes Fieber haben?

Prof. Putensen: Nein. Fieber ist kein verlässliches Kriterium, um eine Sepsis zu erkennen. Viele Patienten haben zwar Fieber, aber es gibt auch nicht wenige Fälle mit normaler oder sogar niedriger Körpertemperatur.

Kann jemand morgens noch relativ fit sein und wenige Stunden später schwer an einer Sepsis erkranken?

Prof. Putensen: Ja, absolut. Eine Sepsis kann sich innerhalb weniger Stunden zu einem sehr schweren Krankheitsbild entwickeln. Die Infektion selbst wird häufig schon vorher wahrgenommen, die Verschlechterung kann dann extrem schnell erfolgen.

Deshalb sollte man insbesondere eine rasche Verschlechterung des Zustandes, wie beschrieben, bei einem Menschen mit einer Infektion sehr ernst nehmen.

Viele sprechen bei einer Sepsis von einer „Blutvergiftung“. Ist das dasselbe?

Prof. Putensen: „Blutvergiftung“ ist ein umgangssprachlicher Begriff für Sepsis, aber medizinisch ist er etwas irreführend. Eine Sepsis ist keine Vergiftung im klassischen Sinne. Allerdings kommt es bei einer Sepsis im Körper zu einer massiven Ausschüttung von Entzündungsbotenstoffen. Diese überschießende Reaktion führt letztlich zu Organversagen. Das ist der entscheidende Mechanismus.

Wer ist besonders gefährdet? Kann es auch junge und gesunde Menschen treffen?

Prof. Putensen: Ein erhöhtes Risiko haben insbesondere ältere Menschen und Menschen mit Vorerkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem. Dazu gehören beispielsweise Patienten mit Diabetes oder Menschen, die Medikamente einnehmen, welche das Immunsystem unterdrücken – etwa im Rahmen einer Chemotherapie oder immunsuppressive Therapien z. B. bei rheumatischen Erkrankungen.

Aber man darf sich nicht täuschen: Auch junge und ansonsten gesunde Menschen können eine Sepsis entwickeln und innerhalb kurzer Zeit schwer erkranken.

Wie groß sind die Überlebenschancen bei einer Sepsis?

Prof. Putensen: Das hängt unter anderem davon ab, wie schwer die Sepsis ist und natürlich auch von möglichen Vorerkrankungen. Nach deutschen Untersuchungsdaten liegt die 30-Tage-Sterblichkeit bei einer Sepsis bei etwa 27 Prozent, die Krankenhaussterblichkeit kann bis zu 40 Prozent betragen.

Noch schwerer ist der sogenannte septische Schock. Dabei ist die Kreislauffunktion so stark beeinträchtigt, dass die Organe nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden. Hier liegt die 30-Tage-Sterblichkeit bei etwa 31 Prozent, die Krankenhaussterblichkeit kann bis zu 58 Prozent betragen.

Das zeigt, wie ernst eine Sepsis ist. Gleichzeitig ist wichtig: Rechtzeitige und zielgerichtete Behandlung ist ein entscheidender Faktor, um die Sterblichkeit zu reduzieren.

Welchen Sepsis-Mythos würden Sie gern ein für alle Mal aus der Welt schaffen?

Prof. Putensen: Es gibt viele Mythen. Einer ist beispielsweise die Vorstellung, dass man eine Sepsis an einem roten Strich, der von einer Wunde Richtung Körpermitte wandert, erkennen könne. Darauf sollte man sich keinesfalls verlassen. Ein solcher roter Strich ist kein verlässliches Zeichen für eine Sepsis.

Das Entscheidende ist etwas Anderes: Wenn sich ein Mensch mit einer Infektion insgesamt schnell verschlechtert, schlecht ansprechbar wird oder Kreislaufprobleme entwickelt, sollte man nicht abwarten, sondern sofort Hilfe holen.

Bildmaterial:

Bildunterschrift: Gerade noch fit, wenige Stunden später in Lebensgefahr: Eine Sepsis kann sich innerhalb kurzer Zeit zu einem lebensbedrohlichen Notfall entwickeln. Umso wichtiger ist es, Warnzeichen frühzeitig zu erkennen und schnell zu handeln.

Bildnachweis: Universitätsklinikum Bonn (UKB) / Aljoscha Mismas

Pressekontakt:

Daria Siverina

Stellvertretende Pressesprecherin am Universitätsklinikum Bonn (UKB)

Stabsstelle Public Relations and Corporate Communication

Telefon: (+49) 228 287-14416

E-Mail: daria.siverina@ukbonn.de

Zum Universitätsklinikum Bonn: Als eines der leistungsstärksten Universitätsklinika Deutschlands verbindet das UKB Höchstleistungen in Medizin und Forschung mit exzellenter Lehre. Jährlich werden am UKB über eine halbe Million Patienten ambulant und stationär versorgt. Hier studieren rund 3.500 Menschen Medizin und Zahnmedizin, zudem werden jährlich über 600 Personen in Gesundheitsberufen ausgebildet. Mit rund 9.900 Beschäftigten ist das UKB der drittgrößte Arbeitgeber in der Region Bonn/Rhein-Sieg. In der Focus-Klinikliste belegt das UKB Platz 1 unter den Universitätsklinika in NRW und weist unter den Universitätsklinika bundesweit den zweithöchsten Case-Mix-Index (Fallschweregrad) auf. 2025 konnte das UKB knapp 100 Mio. € an Drittmitteln für Forschung, Transfer und Lehre einwerben. Das F.A.Z.-Institut zeichnete das UKB im vierten Jahr in Folge als „Deutschlands Ausbildungs-Champion“ und „Deutschlands begehrtesten Arbeitgeber“ aus. Aktuelle Zahlen finden Sie im Geschäftsbericht unter: [geschaeftsbericht.ukbonn.de](https://www.ukbnewsroom.de/gerade-noch-fit-wenige-stunden-spaeter-lebensgefaehrlich).

<https://www.ukbnewsroom.de/gerade-noch-fit-wenige-stunden-spaeter-lebensgefaehrlich>