



Zum Thema: Salmonellen

Was sind Salmonellen?

Salmonellen gehören weltweit zu den häufigsten bakteriellen Krankheitserregern, die Magen-Darm-Erkrankungen hervorrufen können.

Wie werden Salmonellen übertragen?

In den meisten Fällen werden die Erreger über verunreinigte Nahrungsmittel übertragen.

Salmonellen werden vor allem über nicht ausreichend erhitzte Eier bzw. eihaltige Speisen übertragen, insbesondere wenn diese Rohei enthalten, wie z.B. Kuchenteig, Eischaum, Speiseeis und Mayonnaise. Risiken bestehen besonders bei Speisen wie Eiersalaten und Tiramisu.

Außerdem können sich diese Bakterien in rohem Geflügel, Fleisch oder daraus zubereiteten, nicht ganz durchgebratenen oder gekochten Speisen befinden. Hähnchen und Hackfleisch sind durch Salmonellen besonders betroffen.

Wie erkenne ich eine Salmonellenerkrankung (Salmonellose)?

Die Anzeichen einer Salmonellose stellen sich nach 6 bis 72 Stunden, in der Regel 12 bis 24 Stunden nach Konsum verunreinigter Lebensmittel ein.

Dazu gehören Leibschmerzen und Durchfall, häufig auch leichtes Fieber, Erbrechen und Kopfschmerzen.

In der Regel dauert eine Salmonellenerkrankung nur wenige Tage und die meisten Menschen überstehen die Erkrankung folgenlos.

Bei Menschen mit einer Abwehrschwäche, Kleinkindern oder älteren Menschen kann eine Salmonellose in seltenen Fällen zum Tode führen (unter < 0,1 %).

Wie kann ich mich schützen?

Üblicherweise befinden sich nur wenige Salmonellen-Bakterien in den Lebensmitteln. Dann besteht kein Erkrankungsrisiko.

Bei unsachgemäßer Zubereitung können sich Salmonellen vermehren und zu Infektionen führen.

- Rohe Fleisch- und Wurstwaren, Schlachtgeflügel, Seetiere, Eier, Cremes, Salate und Mayonnaisen mit Rohei sowie Speiseeis sind stets nach dem Einkauf im Kühlschrank aufzubewahren.
- Alle Speisen und Lebensmittel, die viel Eiweiß und Wasser enthalten, müssen entweder heiß bei mind. 70°C oder unterhalb 10°C, also im Kühlschrank, gelagert werden.
- Fleisch - insbesondere Geflügel - vor dem Verzehr vollständig durchgaren. Gesundheitsschädliche Keime werden bei 70°C und einer Garzeit von 10 Minuten sicher abgetötet.
- Bei vorgekochten Speisen muss die Abkühlzeit zwischen 60°C und 10°C kurz gehalten werden.

- Warme Speisen sollen innerhalb von zwei Stunden nach der letzten Erhitzung verzehrt werden.
- Beim Kochen mit der Mikrowelle keine zu kurzen Garzeiten wählen, damit die Speisen auch im Innern ausreichend erhitzt werden. Beim Aufwärmen von Speisen müssen 70°C überschritten werden.
- Beim Auftauen von gefrorenem Geflügel und Wild enthält das Auftauwasser oft Salmonellen. Auftauwasser separat auffangen und sofort in den Ausguss schütten und heiß nachspülen. Alle Gegenstände, die damit in Berührung gekommen sind, sofort mit heißem Wasser und Spülmittel reinigen. Die Hände mit warmem Wasser und Seife sofort danach gründlich waschen.
- Nicht erhitzte Rohei-haltige Lebensmittel (z.B. Tiramisu) stellen ein besonderes Risiko dar. Sie sollten sofort verzehrt werden. Bei mangelhaften Kühlmöglichkeiten, z.B. im Garten, sollte man auf Herstellung und Verzehr verzichten.
- Gehacktes muss am Tag des Kaufes verzehrt werden.
- Sahne- und Buttercremetorten sowie Teilchen mit nicht durchgebackener Füllung, Milchspeisen und mayonnaise-haltige Feinkostsalate sind grundsätzlich gekühlt aufzubewahren und möglichst umgehend zu verzehren.
- Regelmäßige ordnungsgemäße Reinigung der verwendeten Küchengeräte, Verwendung und häufiger Wechsel von kochbaren Küchentüchern.
- Waschen Sie Ihre Hände sorgfältig vor und nach der Zubereitung von Speisen.
- In Haushalten mit Kindern unter 2 Jahren sollten keine Reptilien gehalten werden.

Lebensmittelbetriebe

In Lebensmittelbetrieben sind zusätzlich zum Händewaschen weitergehende Maßnahmen angezeigt: Zur Händedesinfektion sind alkoholische Desinfektionsmittel geeignet. Das Desinfektionsmittel wird dazu nach Angabe des Herstellers in die Hände eingerieben, Nagelfalze und Fingerkuppen sind besonders sorgfältig zu behandeln.

Besuch von Kindergärten, Schulen und sonstigen Gemeinschaftseinrichtungen

Menschen mit einer Salmonellenerkrankung dürfen die Räumlichkeiten von Kindergärten, Schulen und sonstigen Gemeinschaftseinrichtungen erst dann wieder betreten, wenn:

- keine Krankheitszeichen mehr vorliegen oder
- alle Beteiligten über die notwendigen Hygieneregeln informiert sind und ihre Beachtung sichergestellt ist.

Die erkrankten Personen dürfen an der Zubereitung und Verteilung von Mahlzeiten nicht teilnehmen.

Die Bereitstellung einer eigenen Toilette sowie eine Desinfektion der Toiletten ist nicht erforderlich.

Die wichtigsten Maßnahmen zur Vorbeugung einer Salmonellenübertragung sind die Beachtung der Regeln zur Küchenhygiene und das regelmäßige Waschen der Hände, vor allem nach jedem Toilettenbesuch und vor der Zubereitung von Speisen.

Haben Sie noch Fragen? Dann rufen Sie uns an!

Sie erreichen den Fachbereich Soziales und Gesundheit des Ennepe-Ruhr-Kreises:

Schwelm (Hauptstraße 92)

Witten (Schwanenmarkt 5-7)

Tel. 02336-93-2563 und -2565

Tel. 02302-922-232 (von 8.00 bis 12.00 Uhr) und -234