

Merkblatt Durchfall/ Erbrechen durch Bakterien

Wo kommen die Erreger vor?

Die Erreger können im Magen-Darm-Trakt von Mensch und Tier vorkommen. Lebensmittel tierischer Herkunft können mit diesen Bakterien behaftet sein. Am häufigsten gelangen sie über die aufgenommene Nahrung in den menschlichen Körper. Erkrankte Menschen können die Bakterien ebenfalls in ihre Umgebung bringen und auf Lebensmittel übertragen. Eine Ansteckung durch Haustiere (z.B. Hunde, Katzen, Nager und Reptilien) ist möglich.

Welche Bedeutung haben Lebensmittel bei der Verbreitung von Durchfallerregern?

Lebensmittel bieten den Krankheitserregern eine gute Lebensgrundlage. Als gefährdete Lebensmittel gelten: rohes Fleisch von Geflügel, Schwein und Rind, rohe und nicht durchgegart (weich gekochte) Eier sowie Rohmilch. Bei unsachgemäßem Umgang mit diesen Lebensmitteln können Bakterien (wie auch auf andere Lebensmittel, und so auf andere Personen übertragen werden.)

Wie können Sie beim Umgang mit Lebensmitteln eine Infektion mit Durchfallerregern vermeiden?

1. Transport: Die Transportzeiten von Lebensmitteln tierischer Herkunft sollten so kurz wie möglich gehalten werden. Der Einsatz von Kühl- oder Isoliertaschen ist empfehlenswert.

2. Lagerung: Fleisch- und Wurstwaren sollen verpackt oder getrennt von anderen Lebensmitteln aufbewahrt und grundsätzlich im Kühlschrank bei einer Temperatur unter 6°C gelagert werden. Eine Temperaturkontrolle ist empfehlenswert. Auch bereits durchgegart tierische Lebensmittel, wie z. B. Frikadellen, sollten entsprechend gelagert werden.

3. Zubereitung: Beim Auftauen von Fisch und Fleisch ist die Auftauflüssigkeit sofort zu entsorgen. Arbeitsflächen und -geräte sollen nach jedem Arbeitsgang mit heißem Wasser und Spül- oder Reinigungsmittel gründlich gesäubert werden. Die Hände sind sorgfältig mit Flüssigseife zu waschen. Die tierischen Lebensmittel sollen nach der Zubereitung sofort verzehrt oder gekühlt aufbewahrt werden. Frisches Fleisch sollte ganz durchgegart bzw. -gebraten werden. Erst bei Temperaturen von mindestens 70° C und einer Garzeit von mindestens 10 Minuten werden diese Bakterien abgetötet. Rohmilch sollte nur abgekocht getrunken werden.

Welche Beschwerden kann eine Infektion mit diesen Erregern auslösen?

Einige Stunden bis mehrere Tage nach der Ansteckung können Bauchschmerzen, Durchfall (mitunter blutig), Übelkeit, Erbrechen, meist leichtes Fieber oder auch nur eines dieser Krankheitszeichen auftreten. Die Schwere der Erkrankung ist vom Bakterientyp abhängig. Besonders betroffen können Kinder, ältere Menschen und abwehrgeschwächte Personen sein.

Wie wird die Erkrankung behandelt?

Der durch Erbrechen und Durchfall entstandene Flüssigkeitsverlust sollte durch vermehrtes Trinken ausgeglichen werden. Weiteres besprechen Sie bitte mit dem Hausarzt.

Wie kann eine Übertragung von Mensch zu Mensch vermieden werden?

Allgemeine vorbeugende Maßnahmen zur Vermeidung der Übertragung von bakteriellen Magen-Darm-Erkrankungen sind das Waschen der Hände mit Flüssigseife nach jedem Toilettenbesuch, nach Kontakt mit vermutlich verunreinigten Gegenständen (z.B. Windeln), Arbeitsgeräten und -flächen in der Küche und vor der Zubereitung von Mahlzeiten. Händewaschen führt zwar nicht zur sicheren vollständigen Beseitigung, aber zur deutlichen Verringerung der Keimkonzentration an den Händen. Durch Kot verschmutzte Wäsche sollte bei mindestens 60° C gewaschen werden.

Meldepflicht

Gemäß § 34 Abs. 1 Infektionsschutzgesetz (IfSG) dürfen Personen, die an einer infektiösen Gastroenteritis erkrankte oder dessen verdächtig sind, Gemeinschaftseinrichtungen nicht besuchen, bis nach ärztlichem Urteil eine Weiterverbreitung der Erkrankung nicht mehr zu befürchten ist.

Gemäß § 42 IfSG dürfen Personen, die an einer infektiösen Gastroenteritis erkrankt oder dessen verdächtig sind, beim Herstellen, Behandeln oder Inverkehrbringen von Lebensmittel nicht tätig sein oder beschäftigt werden.

Als Richtschnur kann hier für beide Bereiche gelten:

Frühestens zwei Tage nach Abklingen der Erkrankungsbeschwerden ist ein Besuch von Gemeinschaftseinrichtungen bzw. die Beschäftigung in Küchen oder Verpflegungseinrichtungen wieder möglich. Die oben empfohlenen Maßnahmen zur Hygiene sind weiterhin einzuhalten.

Wir hoffen, mit diesem Merkblatt einen wesentlichen Teil Ihrer Fragen beantwortet zu haben und wünschen baldige Genesung.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Wie erreichen Sie uns?

Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises

Hygiene und Infektionsschutz

Kaiser-Wilhelm-Platz 1

53721 Siegburg

Telefon: 02241 / 13-2727

Telefax: 02241 / 13-3181

E-Mail: gesundheitsaufsicht@rhein-sieg-kreis.de