



Ihr Gesundheitsamt informiert:

Magen-Darm-Erkrankungen durch Salmonellen

Durch Bakterien ausgelöste Durchfallerkrankungen gehören zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Über 210.000 Fälle werden in Deutschland jährlich gemeldet. Ausgelöst werden diese Erkrankungen durch bestimmte Bakterienarten. Die am häufigsten vorkommenden Arten sind Salmonellen, Camphylobacter und EHEC-Bakterien.

Allen drei ist gemeinsam, dass man sie weder sehen, riechen noch schmecken kann und sie vor allem eiweißreiche tierische Lebensmittel besiedeln. Bei mangelnder Hygiene, wie zum Beispiel bei ungekühlter Lagerung, vermehren sich die Bakterien explosionsartig. Der Mensch infiziert sich meist dadurch, dass er kontaminierte Lebensmittel isst.

Sie selbst können eine Menge dazu beitragen, um eine Erkrankung zu vermeiden. Dieser kleine Ratgeber informiert Sie über die wichtigsten Ursachen für infektiöse Durchfallerkrankungen, sowie über deren Vorbeugung und Behandlung. Außerdem erfahren Sie, wie Sie im Falle eines Falles eine Ausbreitung der Infektion verhindern können.

Durch Bakterien ausgelöste Durchfallerkrankungen gehören zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Über 210.000 Fälle werden in Deutschland jährlich gemeldet. Ausgelöst werden diese Erkrankungen durch bestimmte Bakterienarten. Die am häufigsten vorkommenden Arten sind Salmonellen, Camphylobacter und EHEC-Bakterien.

Allen drei ist gemeinsam, dass man sie weder sehen, riechen noch schmecken kann und sie vor allem eiweißreiche tierische Lebensmittel besiedeln. Bei mangelnder Hygiene, wie zum Beispiel bei ungekühlter Lagerung, vermehren sich die Bakterien explosionsartig. Der Mensch infiziert sich meist dadurch, dass er kontaminierte Lebensmittel isst.

Sie selbst können eine Menge dazu beitragen, um eine Erkrankung zu vermeiden. Dieser kleine Ratgeber informiert Sie über die wichtigsten Ursachen für infektiöse Durchfallerkrankungen, sowie über deren Vorbeugung und Behandlung. Außerdem erfahren Sie, wie Sie im Falle eines Falles eine Ausbreitung der Infektion verhindern können.

Die Salmonellose – so nennt man die durch Salmonellen verursachte Durchfallerkrankung – ist die mit Abstand häufigste Infektion durch verdorbene Lebensmittel. An der Spitze dieser Lebensmittel stehen Geflügel, Hühnereier und rohehaltige Zubereitungen (z. B. Mayonnaise, Cremes, Eis). Weiterhin bleiben nicht ausreichend erhitztes oder rohes Fleisch und Rohwurstwaren eine häufige Gefahrenquelle.

Salmonellen fühlen sich dort besonders wohl, wo es warm und feucht ist. Ideale Lebensbedingungen finden sie zwischen 10°C und 50°C. Um sie abzutöten, müssen Salmonellen mindestens 10 Minuten lang Temperaturen von über 70°C ausgesetzt werden. Kühlen oder Einfrieren tötet sie dagegen nicht.

Wie werden Salmonellen übertragen?

In der Regel werden Salmonellen durch den Verzehr von bereits infizierten Lebensmitteln auf den Menschen übertragen. Allerdings besteht auch die Möglichkeit einer sogenannten Kreuzkontamination. Das heißt, dass die Erreger von einem auf ein anderes Lebensmittel übertragen werden. Wer beispielsweise ein Hähnchen auf einem Küchenbrett auftaut und anschließend einen Salatkopf darauf verteilt, ohne das Brett richtig gereinigt zu haben, riskiert eine Übertragung der Salmonellen auf den Salat und so wiederum auch auf den Menschen.

Wie äußert sich eine Salmonellose?

Der Zeitraum zwischen Ansteckung und Ausbruch der Krankheit, die sogenannte Inkubationszeit, beträgt fünf Stunden bis maximal sieben Tage. Typisch für eine Salmonellen-Infektion sind plötzliche Leibschmerzen und häufige, wässrige Durchfälle. Zusätzlich treten möglicherweise Fieber, Übelkeit, Erbrechen und Kopfschmerzen auf. Als Folge dieser Symptome besteht die Gefahr eines extremen Flüssigkeits- und Mineralverlustes, der zu einem inneren Austrocknen führen kann. Bei ca. fünf Prozent der Patienten können erhebliche klinische Komplikationen auftreten, das heißt die Salmonellen wandern vom Darm als als ihrem ursprünglichen



Infektionsort in die Blutbahn und andere Organe. Damit können sie ähnliche Symptome wie eine schwere Grippe auslösen (Fieber, Mattigkeit, Gliederschmerzen).

Verläuft die Krankheit ohne Komplikationen, sind die Beschwerden nach wenigen Tagen vorbei. Dies bedeutet allerdings noch nicht die vollständige Genesung, denn die Salmonellen befinden sich noch immer im Körper. Die Keimausscheidung dauert durchschnittlich drei bis sechs Wochen. Während dieser Zeit besteht weiterhin Ansteckungsgefahr.

- Verwenden Sie generell nicht dasselbe Messer und Schneidebrett für die Fleisch- und für die Gemüsezubereitung.
- Das Auftauwasser von gefrorenem Geflügel oder Wild enthält oft Salmonellen. Lassen Sie das Lebensmittel daher keinesfalls darin liegen und gießen Sie die Flüssigkeit weg. Spülen Sie Ihre Hände sowie Gegenstände, die damit in Berührung gekommen sind, sofort gründlich mit möglichst heißem Wasser ab.
- Achten Sie beim Kochen, besonders in der Mikrowelle darauf, dass die Speisen ausreichend durchgegart sind.
- Wischen Sie die Arbeitsflächen regelmäßig mit heißem Wasser ab und reiben Sie sie trocken.
- Benutzen Sie kochfeste Küchentücher und tauschen Sie Spültücher regelmäßig aus.

Im Falle eines Falles: Was Ihr Arzt für Sie tun kann

Suchen Sie bei einer starken Durchfallerkrankung in jedem Falle Ihren Arzt auf. Er kann durch Stuhlproben die Art der Infektion feststellen und eine entsprechende Behandlung einleiten. Eine frühzeitige Erkennung der Krankheitsursache verhindert die Entwicklung von klinischen Komplikationen. Bei normalem Verlauf der Erkrankung wird im Allgemeinen nur der Flüssigkeits- und Elektrolytverlust ausgeglichen. Auf Antibiotika kann dabei weitestgehend verzichtet werden.

Den Krankheitsverdacht bzw. die Erkrankung durch diese Bakterien muss der behandelnde Arzt unverzüglich an das Gesundheitsamt melden. Geben Sie Ihrem Arzt an, in welchem Arbeitsumfeld Sie tätig sind. (z. B. Lebensmittelbetrieb oder Gemeinschaftseinrichtung). Möglicherweise unterliegen Sie bei einer Durchfallerkrankung einem vorübergehenden Tätigkeitsverbot. Weitere Auskünfte hierzu erteilt Ihnen gern Ihr Gesundheitsamt.

Was Sie selbst tun können:

Während der gesamten Dauer der Durchfallerkrankung sollten Sie vor allem rund um das WC auf besondere Hygiene achten. Alle Gegenstände und Flächen, die mit infektiösen Ausscheidungen in Berührung gekommen sind, müssen regelmäßig gründlich gereinigt und ggf. desinfiziert werden. Für eine ausreichende Hygiene sind folgende Punkte wichtig:

- Spülen Sie Eß- und Trinkgeschirr des Erkrankten in mindestens 80°C heißem Wasser
- Waschen Sie Unter- und Bettwäsche, Taschentücher und Handtücher im Kochwaschgang
- Ist eine Maschinenwäsche nicht möglich oder sind die Wäschestücke nicht kochfest, sind entsprechende Desinfektionsmittel hilfreich. Sie reduzieren die Keimzahl auch bei Waschgängen mit niedrigen Temperaturen auf ein unbedenkliches Maß
- Putzen Sie Toilettensitz, -deckel und -spülung mit einem Desinfektionsmittel
- Zur Hautdesinfektion, beispielsweise nach dem Händewaschen, sind alkoholische Desinfektionsmittel geeignet.

Haben wir Ihnen mit diesen Informationen geholfen? Für weitere Fragen sind wir gerne für Sie da!

Gesundheitsamt

Schloßplatz 6 21423 Winsen/Luhe
Tel.: 04171/693-372 Fax: 04171/693-174
Mail: Gesundheitsamt@LKHarburg.de
<http://www.lkharburg.de>