



Pegasus

Gesundheit erreichbar machen

PegaVision

A U S G A B E E H E C

Aktuelles zum Arbeitsschutz, Umweltmedizin, Reisemedizin und zur Vorsorge

Informationsblatt zu EHEC

Merkblatt Präventions- und Hygienemaßnahmen

Seite 2

Über kontaminiertes Wasser und durch Kontakt mit Fäkalien, beispielsweise beim Düngen, können auch pflanzliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse mit EHEC belastet werden.

Darüber hinaus kann der Erreger auch bei der Zubereitung von Speisen durch eine so genannte **Kreuzkontamination** übertragen werden. Dabei gelangen die Keime von einem verunreinigten (meist rohen) Lebensmittel auf ein anderes (meist verzehrfertiges) Lebensmittel.

Wann sterben EHEC ab?

Durch Erhitzungsverfahren wie Kochen, Braten und Pasteurisieren werden EHEC abgetötet. Voraussetzung ist, dass für mindestens **zehn Minuten eine Temperatur von 70 °C im Kern des Lebensmittels erreicht wird**. Gegenüber anderen Umwelteinflüssen, beispielsweise einem sauren Milieu, Kälte, Austrocknung oder hoher Salzkonzentration, sind diese Bakterien jedoch relativ unempfindlich. Auch durch Tiefgefrieren von Lebensmitteln lassen sich EHEC-Bakterien nicht zuverlässig abtöten.

Wie können sich Verbraucherinnen und Verbraucher vor einer lebensmittelbedingten EHEC-Infektion schützen?

Die effektivsten Maßnahmen zum Schutz vor lebensmittelbedingten EHEC-Infektionen im Privathaushalt sind:

- Rohmilch vor dem Verzehr abkochen; pasteurisierte und ultrahocherhitzte Milch ist als sicher anzusehen.
- Hände vor der Zubereitung von Speisen und nach Kontakt mit rohem Fleisch gründlich mit Wasser und Seife waschen und sorgfältig abtrocknen.
- Rohes Fleisch getrennt von anderen Lebensmitteln lagern und zubereiten, auch beim Grillen (dabei auch verschiedene Bretter, Teller, Zangen verwenden).
- Flächen und Gegenstände nach Kontakt mit rohem Fleisch, Verpackungen oder Tauwasser sofort gründlich reinigen und abtrocknen.
- Lappen und Handtücher nach der Zubereitung von rohem Fleisch möglichst auswechseln und bei mindestens 60 °C waschen.
- Rohes Gemüse und Obst vor dem Konsum schälen oder zumindest gründlich waschen.

Wie können sich Verbraucher vor einer Schmierinfektion mit EHEC-Bakterien schützen?

Um EHEC Infektionen durch direkten Kontakt mit infizierten Tieren (Bauernhöfen, Pferdeställen, Streichelzoos) vorzubeugen, sollen die folgenden Hygieneregeln beachtet werden:

- Kleine Kinder beim Umgang mit den Tieren beaufsichtigen.
- Nach dem Kontakt zu Tieren oder Erde sowie vor dem Konsum von Speisen und Getränken Hände gründlich mit Wasser und Seife waschen und sorgfältig abtrocknen.
- Speisen und Getränke nur außerhalb der Tierställe und Gehege verzehren.

Lange Rede - kurzer Sinn:

Zusammenfassend kann man festhalten, dass wer die erlernten Grundregeln der persönlichen Hygiene und der Küchenhygiene einhält, alles richtig macht und sich nicht zu fürchten braucht!