



10.01.2014 12:33

Keime in der Küche: Tipps zur Lebensmittelhygiene

Dr. Suzan Fiack Presse- und Öffentlichkeitsarbeit - Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR)

BfR aktualisiert Empfehlungen zum Schutz vor Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt

Verbraucher unterschätzen häufig gesundheitliche Risiken, die von krankmachenden Keimen in der eigenen Küche ausgehen. "Lebensmittel können mit Bakterien, Viren oder Parasiten verunreinigt werden - und zwar auch durch Fehler bei der Lagerung und Zubereitung im Privathaushalt", erklärt Professor Dr. Dr. Andreas Hensel, Präsident des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR). Jährlich werden rund 100.000 Erkrankungen gemeldet, die über Lebensmittel übertragen werden können, dazu gehören vor allem Infektionen mit Campylobacter, Salmonellen und Noroviren. In den meisten Fällen sind die Infektionen mit Symptomen wie Magenkrämpfen, Durchfall oder Erbrechen verbunden und heilen von selbst aus. Bei Menschen, deren Immunsystem geschwächt oder noch nicht vollständig ausgebildet ist, kann eine Lebensmittelinfektion aber auch sehr schwer verlaufen. Vor diesem Hintergrund hat das BfR das Merkblatt "Verbrauchertipps: Schutz vor Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt" aktualisiert. Das Merkblatt fasst Empfehlungen zur Lebensmittel- und Küchenhygiene zusammen.

Magen-Darm-Infektionen heilen zwar oft von selbst aus, aber bei besonders empfindlichen Personen können sie auch schwer verlaufen. Zu diesen Personengruppen gehören kleine Kinder, Schwangere, ältere und abwehrgeschwächte Menschen. Um solche Infektionen über Lebensmittel zu vermeiden, sollten Verbraucherinnen und Verbraucher daher bei der Lagerung und Zubereitung von Lebensmitteln Hygieneregeln einhalten.

Ziel ist es, auch in der eigenen Küche die Verunreinigung von Lebensmitteln mit Krankheitserregern zu vermeiden. Da das nicht immer vollständig möglich ist, sollten zudem Maßnahmen getroffen werden, um die Vermehrung von Krankheitserregern in Lebensmitteln zu begrenzen oder deren Überleben zu verhindern: Die meisten Krankheitserreger werden abgetötet, wenn Speisen bei der Zubereitung und beim Aufwärmen ausreichend, d.h. für zwei Minuten oder länger auf mindestens 70 °C erhitzt werden. Diese Temperatur sollte auch im Inneren des Lebensmittels erreicht werden. Zudem lässt sich die Vermehrung von Mikroorganismen in Lebensmittel reduzieren, wenn die Lebensmittel kühl gelagert werden.

Krankheitserreger können von Menschen, Haustieren oder Schädlingen auf Lebensmittel übertragen werden. Ein weiterer bedeutender Übertragungsweg sind rohe Lebensmittel, von denen Keime entweder direkt oder über Hände, Küchenutensilien oder Arbeitsflächen auf andere Lebensmittel übertragen werden. In diesen Fällen spricht man von einer "Kreuzkontamination" der Lebensmittel. Ein Infektionsrisiko besteht vor allem dann, wenn Lebensmittel roh verzehrt oder vor dem Verzehr nicht mehr ausreichend erhitzt werden.

Das Merkblatt "Schutz vor Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt" fasst Verbrauchertipps zu den folgenden Aspekten der Lebensmittel- und Küchenhygiene zusammen:

- > Vermeiden einer Verunreinigung von Lebensmitteln mit Krankheitserregern ("Kreuzkontamination")
- > Transport, Lagerung und Zubereitung von Lebensmitteln
- > Persönliche Hygiene
- > Reinigung der Arbeitsflächen in der Küche sowie von Geschirr und Besteck

Das Merkblatt steht auf der Internetseite des BfR im Bereich Publikationen zum Herunterladen zur Verfügung und kann dort auch über die Warenkorbfunktion kostenlos bestellt werden.

Über das BfR

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) ist eine wissenschaftliche Einrichtung im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Es berät die Bundesregierung und die Bundesländer zu Fragen der Lebensmittel-, Chemikalien- und Produktsicherheit. Das BfR betreibt eigene Forschung zu Themen, die in engem Zusammenhang mit seinen Bewertungsaufgaben stehen.

01/2014, ende bfr-p

Weitere Informationen:

http://www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps_schutz_vor_lebensmittelinfektionen_im_privathaushalt.pdf Merkblatt des BfR

Merkmale dieser Pressemitteilung:

Journalisten, Wirtschaftsvertreter, jedermann - Ernährung / Gesundheit / Pflege – überregional

Forschungs- / Wissenstransfer, Wissenschaftliche Publikationen - Deutsch