

## **Der Fachdienst Gesundheitsschutz und Umweltmedizin**

*informiert*

### **Salmonellen**

#### **Allgemeines**

Salmonellen sind Bakterien, die durch Lebensmittel aufgenommen werden können. Sie verursachen 5 – 72 Stunden nach der Aufnahme Durchfälle. Ferner treten in den meisten Fällen Übelkeit mit Erbrechen, Bauchkrämpfe und Fieber auf.

#### **Was sind Salmonellen?**

Bei den Salmonellen handelt es sich um bewegliche Bakterien. Nach der Aufnahme durch die Lebensmittel erfolgt im Dünndarm wahrscheinlich eine Freisetzung von Giften (Enterotoxine) durch die Salmonellen. Dieses hat zur Folge, dass es zu starken Durchfällen kommt, die einhergehen mit einem Wasser- und Elektrolytverlust.

#### **Wie vermehren sich die Mikroorganismen?**

Bakterien vermehren sich durch Teilung, dies bedeutet, sie verdoppeln sich ca. alle 20 Minuten unter günstigen Bedingungen. So können aus 1000 Bakterien innerhalb einer Stunde 8000 Bakterien entstehen. Eine weitere Stunde später sind schon 64000 Bakterien vorhanden.

#### **Wo kommen Salmonellen vor?**

Salmonellen sind eine der häufigsten Erreger von Darminfektionen, neben einigen anderen Bakterien und Viren.

Erregerreservoir für Salmonellen sind

Geflügel, Eier, Rinder, Schafe, Schweine, Vögel, Haustiere u.a.

Auch häufen sich Berichte, dass Salmonellen in Gewürzen zu finden sind.

#### **Wie kann man sich anstecken?**

Die Infektionsdosis, die ein gesunder Mensch aufnehmen muss, um zu erkranken, liegt bei ca. 1 Mio. – 100 Mio. Keimen.

Eine Ansteckungsgefahr ist gegeben, wenn Fleisch und tierische Produkte nicht genügend durchgekocht, gebraten oder gegrillt werden.

Ferner besteht die Gefahr bei selbstgemachter Mayonnaise und Speisen, die mit rohen Eiern zubereitet werden.

Eine Salmonelleninfektion kann auch durch Speiseeis ausgelöst werden. Salmonellen können sich zwar unter den kalten Bedingungen nicht vermehren, werden aber auch bei niedrigen Temperaturen nicht abgetötet.

Eine Ansteckung von Mensch zu Mensch erfolgt nur in Ausnahmefällen und ist äußerst selten. Bei dieser Art der Übertragung handelt es sich um eine Schmutz- und Schmierinfektion, d. h. Ausscheidungen müssen oral aufgenommen werden.

### **Wie kann man sich schützen?**

Eine hundertprozentige Garantie, nicht zu erkranken, gibt es leider nicht. Jedoch kann das Risiko einer Infektion gering gehalten werden.

Die persönliche Hygiene bei der Zubereitung von Speisen ist sehr wichtig. So gilt vor, zwischen und am Ende des Arbeitsganges die Hände mit Seife zu waschen.

Stark verunreinigte Lebensmittel wie z. B. Erdgemüse auf jeden Fall von schon gegarten Lebensmitteln trennen bzw. getrennt aufbewahren.

Lebensmittel gut abwaschen, so wird eine Keimreduktion erreicht.

Da Auftauwasser verkeimt sein kann, ist es wichtig, tiefgefrorenes Fleisch wie Hähnchen etc. in der Spüle aufzutauen. Das Auftauwasser kann dann direkt mit einem heißen Wasserstrahl beseitigt werden.

Fleisch und andere tierische Produkte gut durchbraten oder kochen.

Salmonellen überleben die Hitze nicht. Bei Garten-(Torten) und Grillfesten (Salate und Fleisch) ist es sinnvoll nur kleine Portionen bereitzustellen, der Rest sollte im Kühlschrank bis zum Verbrauch aufbewahrt werden, da sich die Bakterien bei diesen Temperaturen nicht vermehren.

### **Was ist zu tun, wenn ich erkrankt bin?**

Bei den schon beschriebenen Symptomen ist es wichtig einen Arzt aufzusuchen. Eine Salmonellenvergiftung wird mit Hilfe einer Stuhlprobe nachgewiesen. Ihr behandelnder Arzt wird entscheiden, ob sie nach den Durchfällen zur Kontrolle weitere Stuhlproben einschicken müssen.

Der Verdacht auf oder die Erkrankung an Salmonellen ist nach §§ 6,7,9 Infektionsschutzgesetz (IfSG) meldepflichtig und wird dem zuständigen Fachdienst Gesundheitsschutz und Umweltmedizin mitgeteilt. Die Mitarbeiter oder Mitarbeiterinnen werden sich mit Ihnen in Verbindung setzen.

Da die Inkubationszeit nicht sehr lang ist, sollten sie noch einmal überlegen, was sie in dieser Zeit gegessen haben.

Diese Auskünfte sind für die Verhütung und Bekämpfung bakterieller Erkrankungen sehr wichtig.

Sollten Sie in einem sensiblen Bereich (Lebensmittel, Pflege etc.) tätig sein, so dürfen sie auf keinen Fall arbeiten gehen, solange die Durchfälle anhalten. Personen die im Lebensmittelbereich tätig sind dürfen auch nach Abklingen der Symptome nicht arbeiten gehen, solange sie Salmonellen ausscheiden. Eine Tätigkeit kann ausgeübt werden, wenn der Arbeitgeber eine alternative Beschäftigungsmöglichkeit hat, bei der die Person nicht beim Herstellen, Behandeln und Inverkehrbringen der Lebensmittel eingesetzt wird.

Kinder, die Gemeinschaftseinrichtungen besuchen, dürfen während der Zeit in der sie Durchfälle haben diese nicht besuchen. Sind die Durchfälle ausgestanden, so dürfen die Kinder die Gemeinschaftseinrichtungen wieder aufsuchen. (Richtlinien zur Wiederezulassung in Gemeinschaftseinrichtungen).

In jedem Fall ist eine gründliche Händehygiene nach jedem Gang zur Toilette unverzichtbar. Diese allgemeingültige Regel, sich nach dem Toilettengang die Hände gründlich mit Seife zu waschen, ist in der Zeit, in der Sie an Salmonellen erkrankt sind oder diese weiterhin ausscheiden, zwingend zu beachten.

Bei Fragen richten Sie sich bitte an das Gesundheitstelefon unter der Rufnummer 02352-9667272

**Märkischer Kreis**

Der Landrat  
Gesundheitsschutz und Umweltmedizin  
Bismarckstr. 15, 58762 Altena  
Telefon: 02352/966-7272  
E-Mail: [gesundheitstelefon@maerkischer-kreis.de](mailto:gesundheitstelefon@maerkischer-kreis.de)  
Internet: [www.maerkischer-kreis.de](http://www.maerkischer-kreis.de)