

BELEHRUNG GEMÄß § 43 ABS. 1 NR. 1 INFEKTIONSSCHUTZGESETZ (IFSG)



Gesundheitsinformation für den Umgang mit Lebensmitteln

Personen, die **gewerbsmäßig** folgende Lebensmittel herstellen, behandeln oder In Verkehr bringen:

1. Fleisch, Geflügelfleisch und Erzeugnisse daraus
2. Milch und Erzeugnisse auf Milchbasis
3. Fische, Krebse oder Weichtiere und Erzeugnisse daraus
4. Eiprodukte
5. Säuglings- oder Kleinkindernahrung
6. Speiseeis und Speiseeishalberzeugnisse
7. Backwaren mit nicht durchgebackener oder durcherhitzter Füllung oder Auflage
8. Feinkost-, Rohkost- und Kartoffelsalate, Marinaden, Mayonnaisen, andere emulgierte Soßen, Nahrungshafen

und dabei mit ihnen **direkt** (mit der Hand) **oder indirekt** über Bedarfsgegenstände (z.B. Geschirr, Besteck und andere Arbeitsmaterialien) in Berührung kommen **oder** in **Küchen** von Gaststätten, Restaurants, Kantinen, Cafés oder sonstigen Einrichtungen mit und zur **Gemeinschaftsverpflegung** tätig sind, **benötigen vor erstmaliger Ausübung dieser Tätigkeiten eine Bescheinigung gemäß § 43 Abs.1 Infektionsschutzgesetz durch ihr Gesundheitsamt.**

Warum müssen besondere Vorsichtsmaßnahmen beachtet werden?

In den oben genannten Lebensmitteln können sich bestimmte **Krankheitserreger** besonders leicht vermehren. Durch den Verzehr von derartig mit Mikroorganismen verunreinigten Lebensmitteln können Menschen an Lebensmittelinfektionen oder -vergiftungen schwer erkranken. In Gaststätten oder Gemeinschaftseinrichtungen kann davon eine große Anzahl von Menschen betroffen sein. Aus diesem Grunde muss von jedem Beschäftigten zum Schutz des Verbrauchers und zum eigenen Schutz ein hohes Maß an Eigenverantwortung und Beachtung von Hygieneregeln verlangt werden.

Die wichtigsten Regeln haben wir für Sie in Anhang I zusammengestellt:

Das Infektionsschutzgesetz bestimmt, dass Sie die oben genannten **Tätigkeiten nicht ausüben** dürfen, wenn bei Ihnen **Krankheitserscheinungen** (Symptome) auftreten, die auf eine der folgenden Erkrankungen hinweisen oder die ein Arzt bei Ihnen festgestellt hat:

- **Akute infektiöse Gastroenteritis (plötzlich auftretender, ansteckender Durchfall) ausgelöst durch Salmonellen, Shigellen, Choleraerregern, Staphylokokken, Campylobacter, Rotaviren oder andere Durchfallerreger**
- **Typhus oder Paratyphus**
- **Virushepatitis A oder E (Leberentzündung)**
- **Sie haben infizierte Wunden oder eine Hautkrankheit, bei denen die Möglichkeit besteht, dass deren Krankheitserreger über Lebensmittel auf andere Menschen übertragen werden können.**
- **Die Untersuchung einer Stuhlprobe von Ihnen hat den Nachweis eines der folgenden Krankheitserreger ergeben:**
 - **Salmonellen**
 - **Shigellen**
 - **enterohämorrhagische Escherichia coli-Bakterien**
 - **Choleraerregern**

Wenn Sie diese Bakterien **ausscheiden** (auch ohne dass Sie sich krank fühlen müssen), besteht ebenfalls ein **Tätigkeitsverbot** im Lebensmittelbereich.

Folgende Symptome weisen auf die genannten Erkrankungen hin:

Durchfall mit mehr als zwei dünnflüssigen Stühlen pro Tag, gegebenenfalls mit Übelkeit, Erbrechen und Fieber. **Hohes Fieber** mit schweren Kopf-, Bauch- oder Gelenkschmerzen und Verstopfung (erst nach Tagen folgt schwerer Durchfall) sind Zeichen für **Typhus und Paratyphus**. Typisch für **Cholera** sind **milchig weiße Durchfälle** mit hohem Flüssigkeitsverlust. **Gelbfärbung der Haut und der Augäpfel** mit Schwäche und Appetitlosigkeit weisen auf eine **Hepatitis A oder E** hin. **Wunden** oder offene Stellen von **Hauterkrankungen** können infiziert sein, wenn **sie gerötet, schmierig belegt, nässend oder geschwollen** sind.

Treten bei Ihnen die genannten Krankheitszeichen auf, nehmen Sie unbedingt den Rat Ihres Haus- oder Betriebsarztes in Anspruch! Sagen Sie ihm auch, dass Sie in einem Lebensmittelbetrieb arbeiten. Außerdem sind Sie verpflichtet, unverzüglich Ihren Vorgesetzten über die Erkrankung zu informieren. **Wenn Sie noch mehr über die beschriebenen Erkrankungen wissen möchten, können Sie dies im Anhang II nachlesen.**

Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie dieses Merkblatt gelesen und verstanden haben und Ihnen keine Tatsachen für ein Tätigkeitsverbot bekannt sind (Anhang I).



Wie können Sie zur Verhütung lebensmittelbedingter Infektionen beitragen?

Antwort:

- Waschen Sie sich vor Arbeitsantritt, vor jedem neuen Arbeitsgang und selbstverständlich nach jedem Toilettenbesuch gründlich die Hände mit Seife unter fließendem Wasser. Verwenden Sie zum Händetrocknen Einwegtücher.
- Legen Sie vor Arbeitsbeginn Fingerringe und Armbanduhr ab.
- Tragen Sie saubere Schutzkleidung (Kopfhaube, Kittel, Handschuhe, Schuhe für Innenräume).
- Husten oder niesen Sie nie auf Lebensmittel.
- Decken Sie kleine, saubere Wunden an Händen und Armen mit wasserundurchlässigem Pflaster ab.

Anhang II



Bei welchen Erkrankungen besteht ein gesetzliches Tätigkeitsverbot?

Typhus abdominalis, Paratyphus

Die Erreger sind Salmonella typhi und paratyphi. Ihre Aufnahme erfolgt vorwiegend durch Wasser und Lebensmittel, die damit verunreinigt sind. Die Erkrankung beginnt mit hohem Fieber, das über mehrere Tage ansteigt und unbehandelt wochenlang anhalten kann. Weitere Symptome sind Kopf-, Bauch- und Gliederschmerzen. Es kann zusätzlich Verstopfung auftreten, später bestehen häufig „erbsbreiartige“ Durchfälle. Aufgrund der guten Wasser- und Lebensmittelhygiene sind die beiden genannten Erreger bei uns nicht verbreitet. **Typhus und Paratyphus verlaufen ähnlich; allerdings sind die Symptome bei Paratyphus weniger schwer.** Beide Erkrankungen werden in der Regel aus endemischen Gebieten (Afrika, Südamerika, Südostasien) oder aus Gebieten importiert (**Reiseerkrankung**), in denen sich die hygienischen Verhältnisse aufgrund von Katastrophen oder Kriegseinwirkungen dramatisch verschlechtert haben. Gegen **Typhus** stehen mehrere **Schutzimpfungen** zur Verfügung. Wenn Sie beruflich oder privat in die betroffenen Länder verreisen wollen, sprechen Sie Ihren Hausarzt, Ihren Betriebsarzt oder Ihr Gesundheitsamt an; dort werden Sie zur Notwendigkeit einer Impfung **beraten**.

Cholera

Die Erreger sind Cholerabakterien. Ihre Aufnahme erfolgt durch verunreinigtes Wasser oder Lebensmittel; auch direkte Übertragung von Mensch zu Mensch ist möglich. Die Infektion verläuft in der Regel als Durchfallerkrankung mit Erbrechen und Bauchschmerzen. Der Stuhl ist milchig weiß ohne Blutbeimengungen. Fieber ist nicht typisch. Bei schwerem Verlauf ist der Flüssigkeitsverlust hoch und der Körper trocknet aus (tiefliegende Augen, stehende Hautfalten). Auch dieser Erreger kommt nur in Gegenden mit schlechten hygienischen Voraussetzungen und mangelhafter Trinkwasserversorgung vor (**Ostasien, Südamerika, Afrika**). Eine **Schutzimpfung** mit dem in Deutschland im Moment zugelassenen Impfstoff wird nicht empfohlen. Allerdings sind im Ausland besser verträgliche und wirksamere Impfstoffe verfügbar. Eine Bestellung über eine internationale Apotheke ist möglich. Deshalb sollten Sie bei **Reisen in ein Risikogebiet** auch dazu Ihren Hausarzt, Ihren Betriebsarzt oder Ihr Gesundheitsamt ansprechen.



Shigellose (Bakterielle Ruhr)

Die Erreger sind Shigellabakterien. Ihre Aufnahme erfolgt meist von Mensch zu Mensch (bei mangelhafter Händehygiene), aber auch durch verunreinigte Lebensmittel und Trinkwasser. Shigellen sind hoch-infektiös, d.h. um krank zu werden genügt die Aufnahme von nur wenigen Bakterien! In Kindereinrichtungen sind auch bei uns immer wieder Epidemien beschrieben worden. Die Erkrankung beginnt plötzlich mit hohem Fieber, Kopf- und krampfartigen Bauchschmerzen. Die anfänglich wässrigen Durchfälle sind bald blutig. Der Erreger ist auch in Deutschland heimisch. Die Shigellose ist also keine typische Reisekrankheit; mit ihrem Auftreten muss jederzeit gerechnet werden.

Salmonellen-Infektionen

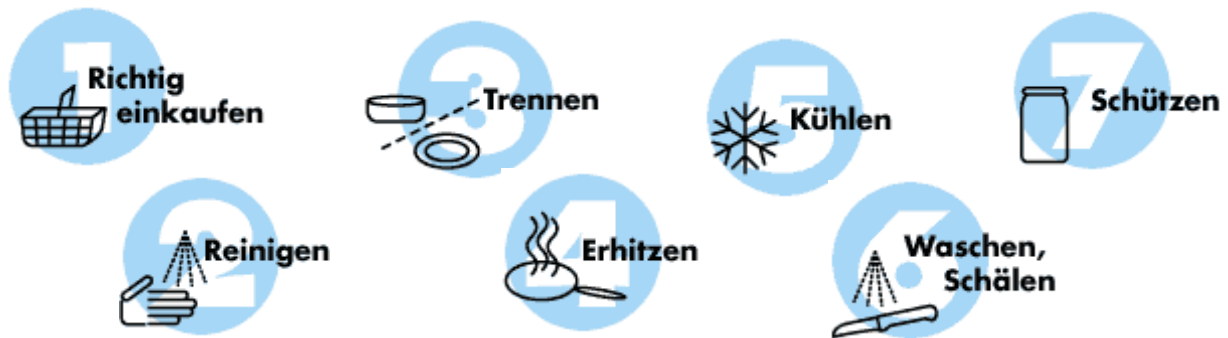
Erreger sind zahlreiche Salmonellenarten, die durch Nahrungsmittel aus infizierten Tieren (z.B. Fleisch, Milch, Eier) aufgenommen werden. Die häufigste Erkrankung durch Salmonellen ist der akute Brech-Durchfall mit Bauchschmerzen und mäßigem Fieber. Allerdings können die Symptome erheblich schwanken. Diese Krankheitserreger sind weltweit verbreitet, mit einer Infektion ist jederzeit zu rechnen; häufig sind Erkrankungen in den Sommermonaten.

Gastroenteritis durch andere Erreger

Auch andere Bakterienarten (z.B. Staphylokokken, bestimmte Colibakterien, Campylobacter, Yersinien) oder Viren (z.B. Rota-, Adeno-, Norwalkviren) können Durchfall, Erbrechen oder Bauchschmerzen verursachen.

Hepatitis A oder E

Die Erreger sind Viren. Ihre Aufnahme erfolgt durch Nahrungsmittel, die mit Hepatitis- A- oder -E-Viren behaftet sind. Auch Übertragungen von Mensch zu Mensch sind möglich, da das Virus 1 – 2 Wochen nach Infektion mit dem Stuhl ausgeschieden wird. Hauptsächlich Erwachsene erkranken an einer Gelbsucht mit Leberschwellung, Appetitlosigkeit und Abgeschlagenheit. Während das Hepatitis- A-Virus auch bei uns zirkuliert, kommt das Hepatitis- E-Virus hauptsächlich in Asien, Afrika und Zentralamerika vor (importierte Infektion nach Fernreisen!). Beide Erkrankungen verlaufen ganz ähnlich; die Übertragungswege sind gleich. Gegen Hepatitis A kann man sich durch Impfungen schützen. Vor Reisen in südliche Länder sollten Sie unbedingt an eine **Schutzimpfung** denken und Ihren Hausarzt, Ihren Betriebsarzt oder Ihr Gesundheitsamt darauf ansprechen.



Die 7 Regeln der Lebensmittelhygiene

Regel 1: RICHTIG EINKAUFEN –

Lebensmittel sorgfältig auswählen, ggf. kühlen und zügig nach Hause bringen

Die hygienische Sicherheit von rohen Lebensmitteln beginnt bereits beim Einkaufen:

- **Leichtverderbliche Lebensmittel**, wie z. B. rohes Fleisch, Fleischerzeugnisse und rohen Fisch sowie andere, nicht stabilisierte Lebensmittel immer in der Kühltasche transportieren,
- **Kühlkette einhalten**: Tiefgefrorene Lebensmittel als letzte kaufen, in der Kühltasche transportieren.
- **Wärmebehandelte (z.B. pasteurisierte) Milch** bevorzugen. Bedenke: Die Pasteurisierung von Milch wurde erfunden, um deren Sicherheit und Haltbarkeit zu verbessern.
- Bei **Eiern** auf Frische, Sauberkeit, Unversehrtheit und Kennzeichnung achten.
- Allgemein auf **einwandfreie Ware** achten.

Regel 2: REINIGEN –

Hände, Oberflächen und Gerätschaften regelmäßig reinigen und desinfizieren

Bei der Küchenarbeit können Bakterien u. a. über Arbeitsflächen, Schneidbretter, Besteck und Gerätschaften auf Lebensmittel übertragen werden. Der beste Schutz ist Sauberkeit:

- Immer **Trinkwasser** zum Waschen, Kochen und Spülen verwenden - auch im Urlaub
- Vor jeder Speisenzubereitung, und während der Tätigkeit mit Lebensmitteln, regelmäßig die **Hände** mit warmem Wasser und Seife, wenn nötig mit Bürste, **waschen** – vor allem nach dem Besuch der Toilette. Wunden an den Händen vor der Essenzubereitung mit wasserundurchlässigem Verband abdecken.
- Schneidbretter, Messer und andere Küchenutensilien **nach jedem Kontakt mit rohem Fleisch, Geflügel, rohen Eiern, Fisch und Meerestieren sowie rohen pflanzlichen Produkten** mit heißem Wasser und Reinigungsmittel waschen.
- Für die Zubereitung von Fleisch und Fisch **Schneidbretter oder Unterlagen mit glatter Oberfläche** verwenden. Diese bei Arbeitsende möglichst in der Spülmaschine reinigen – oder in sehr heißem Wasser mit Spülmittel abwaschen bzw. bürsten.
- **Küchentücher täglich wechseln** und gründlich waschen (auskochen) oder Einmal-Papiertücher verwenden.

Regel 3: TRENNEN –

Keimübertragungen vermeiden.

Unter Kreuzkontamination versteht man die Übertragung von Bakterien von einem Lebensmittel auf ein anderes. Sie ist besonders problematisch bei rohem Fleisch, Geflügel, Eiern, Fisch, Meerestieren und Salaten. **Halten Sie diese Lebensmittel und davon austretende Flüssigkeiten unbedingt von verzehrfertigen Speisen fern!**

- Rohes Fleisch, Geflügel, Fisch und Meerestiere (möglichst bereits beim Einkauf) von anderen Lebensmitteln trennen, auf dichte Verpackungen achten.
- getrennte Gerätschaften für rohe Fleischprodukte und verzehrfertige Lebensmittel, wie z.B. Salat oder bereits gegarte Speisen, verwenden.
- Auftauflüssigkeit und Verpackungsmaterial von gefrorenem Fleisch und Geflügel sorgfältig entfernen, den Kontakt mit anderen Speisen vermeiden.
- Niemals verzehrfertige Speisen, wie z.B. Salat oder bereits gegarte Produkte, in ein Geschirr geben, das vorher rohes Fleisch, Geflügel und rohe Eier, Fisch oder Meerestiere enthielt.
- Nicht auf Lebensmittel Husten oder Niesen.
- Handschmuck ablegen.
- Offene Wunden mit wasserdichtem Verband abdecken.

Regel 4: ERHITZEN –

Speisen gründlich durchgaren

- Rohe Lebensmittel, vor allem Geflügel, Fleisch, Eier und Rohmilch, können mit Krankheitserregern, wie z. B. Salmonellen, kontaminiert sein. Gründliches Erhitzen von Fleisch auf Kerntemperaturen von 70 bis 80° C für die Dauer von mindestens 10 Minuten tötet diese Bakterien ab:
- **Fleisch und Fleischgerichte daher völlig durchbraten oder garen.** Dabei müssen alle Teile eine Temperatur von mindestens 70° C erreichen. Fleisch muss sich auch im Inneren von rot nach grau oder braun verfärben. Ein gebratenes Hähnchen, das am Knochen noch rötlich ist, unbedingt wieder in den Ofen stellen bis es gar ist.
- Zur Sicherheit für große Stücke ein **Bratthermometer** verwenden, das die Innentemperatur des Lebensmittels misst. Fleisch nicht am Tag vor dem Verzehr anbraten.
- **Rühr- und Spiegeleier** immer durchbraten, **Frühstückseier** mindestens 5 Minuten kochen.
- Frischen Fisch so lange garen, bis er undurchsichtig ist und sich mit einer Gabel leicht in Schichten zerteilen lässt.
- Muscheln und Austern nur in kleinen Mengen und mindestens 10 Minuten kochen. Muscheln und Austern, die nach dem Kochen geschlossen bleiben, dürfen nicht verwendet werden.
- Fertig gegarte Speisen möglichst sofort verbrauchen. Das gilt besonders für Kindernahrung! Zum Warmhalten ist eine Temperatur von mindestens 65° C erforderlich. Das stundenlange Stehenlassen von Speisen bei Raumtemperatur ist eine häufige Ursache von Lebensmittelvergiftungen.
- Beim Aufwärmen **Speisenreste** gründlich durchgaren.
- Beim Garen in der **Mikrowelle** sicherstellen, dass die Speisen gleichmäßig und ausreichend lange erhitzt werden (Herstellen eines Temperatúrausgleiches, Vermeiden von "cold spots"). Betriebsanleitung beachten.
- Zum sicheren Abtöten von Botulismuserregern ist beim **Einmachen** von gefährdeten Lebensmitteln, wie z. B. Bohnen oder Spargel, ein zweimaliges Erhitzen an zwei aufeinanderfolgenden Tagen notwendig. Inhalt aufgegangener Einmachgläser und bombierter Dosen (Deckel aufgewölbt) auf keinen Fall verzehren.

Regel 5: KÜHLEN –

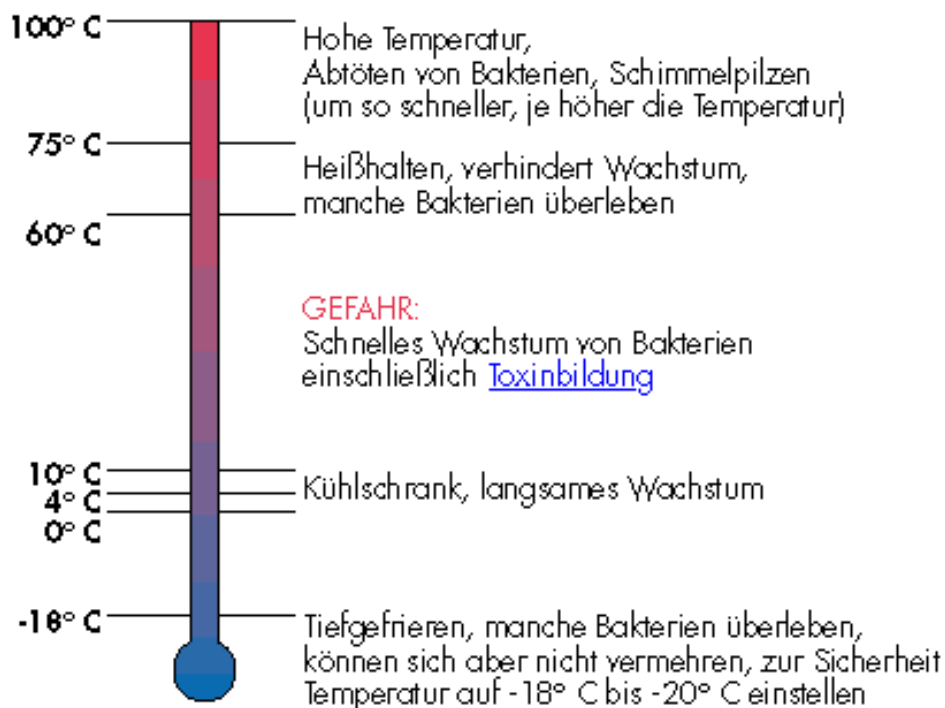
Verderbliche Lebensmittel und Speisen sofort ausreichend kühlen oder einfrieren.

Mangelnde Kühlung steht an der Spitze der Ursachen von lebensmittelbedingten Erkrankungen. Der Kühlschrank sollte auf eine Temperatur von 0° C bis + 5°C, der Gefrierschrank (bzw. die -truhe) auf -18 bis -20°C eingestellt sein.

Allgemein gilt, dass **der Hauptvermehrungsbereich von Bakterien zwischen 10 und 60°C** möglichst schnell durchschritten werden muss.

Temperaturbereich

Wirkung auf Mikroorganismen



- **Verderbliche Lebensmittel, fertig gekochte Speisen und Speisereste sofort kühlen oder einfrieren.**
- **Hackfleisch, rohe Innereien und sonstiges zerkleinertes Fleisch** (Geschnitztes, gemahlene Leber usw.) noch am Tag der Herstellung verarbeiten und durchgaren. Bis zur Verarbeitung bei max. +2°C lagern.
- Grundsätzlich **Mindesthaltbarkeits- bzw. Verbrauchsdatum** beachten.
- **Frischer Fisch und Meerestiere** können nur bei Temperaturen unter +2° C (im Handel unter +2° C oder in schmelzendem Eis!) sicher gelagert werden, im Kühlschrank maximal 24 Stunden.
- **Auftauen von Fleisch und Geflügel** immer im Kühlschrank oder in der Mikrowelle, nie bei Zimmertemperaturen oder im warmen Wasserbad.
- **Speisen abkühlen lassen**, bevor man sie in den Kühlschrank stellt. Größere Mengen portionieren, damit die Abkühlzeit nicht zu lang wird.
- **Eier** immer kühl und ohne Sonneneinstrahlung aufbewahren.

Regel 6: WASCHEN, SCHÄLEN, BLANCHIEREN –

Keime an Obst und Gemüse reduzieren.

Rohes Obst und Gemüse kann – wenn auch sehr viel seltener als tierische Produkte – mit Erregern von Lebensmittelinfektionen kontaminiert sein, vor allem, wenn es in Bodennähe gewachsen ist. Manche dieser Mikroorganismen vermehren sich bei der Verarbeitung und Lagerung auf ganzem oder nur wenig verarbeitetem bzw. geschnittenem Obst und Gemüse.

- Früchte, Salat und Gemüse immer **mit Trinkwasser waschen**. Wiederholtes Waschen ist besser als einmaliges Waschen in viel Wasser.
- Die **Temperatur des Waschwassers** sollte – wenn möglich – höher sein, als die von Obst und Gemüse.
- Obst und Gemüse **nach dem Waschen nicht nass liegen lassen**. Das kann den ganzen Wascheffekt aufheben.
- **Schälen** kann Kontaminationen wirksam reduzieren. Eine Keimbelastung ist weniger problematisch, wenn Rinde, Haut oder Schale entfernt werden können. Angeschimmeltes oder Angefaultes rigoros wegwerfen.
- Durch kurzzeitiges Blanchieren (1 Minute) kann eine effektive Keimreduzierung erreicht werden.
- Auch andere mögliche Kontaminationen von Obst und Gemüse, wie z. B. Pflanzenschutzmittelrückstände, lassen sich durch die oben beschriebenen Maßnahmen wirksam reduzieren.

Regel 7: SCHÜTZEN –

Insekten, Nager und andere Tiere fernhalten.

Tiere tragen häufig Krankheitserreger, die Lebensmittelinfektionen und -vergiftungen verursachen können. Lebensmittel und fertige Speisen müssen deshalb zu jeder Zeit vor der Übertragung von Keimen durch Insekten, Nager und andere Tiere geschützt werden:

- Lebensmittel daher immer in **geschlossenen Gefäßen** lagern oder z.B. durch Folie **abdecken**.
- **Fliegen** verschleppen Bakterien und andere Krankheitserreger auf Speisen. Fertige Speisen nicht unabgedeckt stehen lassen. Wenn nötig in der Küche Leimfänger oder Fliegengitter verwenden.
- **Haustiere** stets von Lebensmitteln fernhalten.