

## Informationen zu übertragbaren Magen-Darmerkrankungen (Infektiöse Gastroenteritis)

*Der Verdacht auf eine infektiöse Gastroenteritis besteht bei mehrmaligem Erbrechen oder Durchfall, sofern andere Gründe, z.B. Allergien, Unverträglichkeiten oder Grunderkrankungen, als Auslöser ausgeschlossen werden können.*

### Was verursacht die Erkrankung?

Infektiöse Magen-Darm-Erkrankungen können sowohl durch Viren als auch Bakterien oder Parasiten ausgelöst werden, wie z.B. durch:

Bakterien	Viren	Parasiten
Campylobacter	Hepatitis A-Viren	Giardia lamblia
Cholera	Hepatitis E-Viren	Kryptosporidien
Clostridien	Noroviren	
E. coli-Enteritis (z.B. EPEC)	Poliomyelitis	
EHEC	Rotaviren	
Listerien		
Salmonellen		
Shigellen		
Staphylococcus aureus		
Typhus / Paratyphus		
Yersinien		

### Symptome, Ansteckung, Inkubationszeit sowie Therapie sind bei den einzelnen Erregern nachzulesen.

### Wie erfolgt die Ansteckung?

Die **Ansteckung** erfolgt entweder

1. über Lebensmittel tierischer Herkunft, infizierte Speisen oder Trinkwasser,
2. oder von Mensch zu Mensch fäkal-oral durch Schmierinfektion oder Tröpfcheninfektion,
3. oder durch Kontakt zu Tieren.

## 🔍 Welche allgemeinen Verhaltensmaßnahmen werden empfohlen?

1. Um sich vor **Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt** zu schützen sind folgende Maßnahmen hilfreich:
  - Vor Arbeitsbeginn auf **persönliche Hygiene** achten (saubere Kleidung, saubere Hände und Fingernägel, Handschmuck ablegen).

Ein Auslöser für lebensmittelbedingte Erkrankungen sind **Temperaturfehler**, welche das Überleben und die Vermehrung von Krankheitserregern in Lebensmitteln ermöglichen. Neben der mangelhaften Kühlung bei der Lagerung ist die ungenügende Erhitzung bei der Speisenzubereitung oder beim Wiederaufwärmen von zubereiteten Speisen von Bedeutung. Weitere Fehler sind das lange Warmhalten von Speisen bei zu niedrigen Temperaturen und die zu langsame Abkühlung von erhitzten Speisen.

Deshalb ist es wichtig:

- Speisen bei der Zubereitung und beim Aufwärmen ausreichend erhitzen (mindestens 70°C für zwei Minuten im Inneren des Lebensmittels), bei der Zubereitung in der Mikrowelle auf gleichmäßiges Erwärmen achten, Speisen zwischendurch umrühren
- Warme Speisen bei Temperaturen von über 65°C heiß halten bzw. innerhalb von wenigen Stunden auf unter 7°C abkühlen (größere Speisemengen dafür in mehrere flache Schalen füllen)
- Rohe Eier bei maximal 7°C im Kühlschrank aufbewahren, um eine Vermehrung von Salmonellen zu reduzieren
- Bei der Herstellung von Speisen, die ohne weitere Erhitzung verzehrt werden (z.B. Desserts, Mayonnaise), auf Rohei verzichten
- Fleisch und Geflügel vor dem Verzehr ausreichend und gleichmäßig garen bis austretender Fleischsaft klar ist und das Fleisch eine weißliche (Geflügel), graurosa (Schwein) oder graubraune Farbe (Rind) angenommen hat.

Die Mikroorganismen können direkt **von einem Lebensmittel auf das andere übergehen**, wenn diese unverpackt in Kontakt kommen. Möglich ist aber auch die indirekte Übertragung über Hände, Geräte, Arbeitsflächen, Messer oder andere Küchenutensilien.

Deshalb ist es wichtig:

- Beim Umgang mit rohen und gegarten Lebensmitteln nie dieselben Küchenutensilien verwenden
- Für das Schneiden von Fleisch und Geflügel ein Schneidbrett verwenden und ein anderes für Obst und Gemüse
- Eierschalen oder rohes Ei dürfen nicht mit anderen Lebensmitteln in Berührung kommen
- Zum Auftauen von Fleisch, Geflügel, Fisch und Meerestieren Verpackung entfernen, das Gefriergut in eine Schüssel legen und abdecken, Tauwasser und Verpackung sorgfältig entsorgen
- Gekochte oder anderweitig erhitzte Speisen nicht auf Brettern schneiden, auf denen vorher rohe Lebensmittel geschnitten wurden, wenn diese anschließend nicht ausreichend gereinigt wurden
- Auch rohe pflanzliche Lebensmittel, wie Obst, Gemüse, frische Kräuter, Sprossen und Blattsalate, können mit Krankheitserregern verunreinigt sein. Deshalb sollten diese Lebensmittel bei der Zubereitung oder vor dem Verzehr sorgfältig gewaschen werden, am besten unter fließendem Wasser.

Auch die **sorgfältige Reinigung** von Händen und Gegenständen kann lebensmittelbedingten Infektionen vorbeugen.

Deshalb ist es wichtig:

- Nach der Berührung von rohem Fleisch, Geflügel und Fisch sowie nach der Verarbeitung von rohen Eiern Hände gründlich mit warmem Wasser und Seife waschen und sorgfältig abtrocknen
- Flächen und Gegenstände sowie die Hände nach Kontakt mit Tauwasser gründlich reinigen
- Für die Zubereitung verwendete Küchengeräte gründlich mit heißem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine reinigen
- Für Geschirr und Arbeitsflächen sollten getrennte Reinigungstücher, beim Aufwischen von Lebensmittelrückständen Einmal-Küchenpapier verwendet werden.
- Auch zum Abtrocknen sollten für Hände und Geschirr getrennte Tücher verwendet werden.
- Verschmutzte Tücher, Schwämme und Bürsten, die zur Reinigung des Geschirrs und der Küche verwendet werden, können Krankheitserreger in der Küche verbreiten und damit eine Gefahr darstellen. Je häufiger in der Küche rohe Lebensmittel verarbeitet werden, desto öfter sollten auch verwendete Tücher, Schwämme und Bürsten gereinigt oder ersetzt werden. Insbesondere in feuchten Tüchern und Schwämmen können sich Bakterien bei Raumtemperatur sehr schnell vermehren.

2. Um eine **Weiterverbreitung der Erkrankung** von Infizierten auf andere Personen durch **Schmierinfektionen** - auch innerhalb der Familie - zu verhüten sind insbesondere folgende Maßnahmen erforderlich:

- sorgfältiges **Reinigen der Hände** und Nägel mit warmen Wasser und Seife nach jedem Toilettenbesuch, nach Kontakt mit kontaminierten Gegenständen und vor jedem Essen. Es müssen eigene Handtücher zur Verfügung stehen. Beim Windelwechsel eines erkrankten Kleinkindes sollten Handschuhe verwendet werden.
- Sitz, Deckel Wasserzug oder Spülknopf der **Toilette** und Waschbeckenarmatur sollen täglich mit WC-Reiniger bzw. Desinfektionslösung abgewaschen werden, besonders wenn die Toilette von anderen Personen mitbenutzt wird.
- Im eigenen Haushalt sollten **Speisen** möglichst nicht oder nur mit geeigneten Schutzmaßnahmen (gründliche Händereinigung und Desinfektion, Einmalhandschuhe, Einmaltücher) ausgeübt werden. Für einen größeren Personenkreis ( Familienfeier usw.) sollten Speisen nicht zubereitet werden.

3. Um sich vor **Infektionen durch Tierkontakt** zu schützen sind folgende Maßnahmen hilfreich:

- Kinder beim Umgang mit Tieren (z. B. auf dem Bauernhof oder im Streichelzoo) beaufsichtigen, um zu verhindern, dass die Kinder dabei Finger in den Mund nehmen oder gleichzeitig essen.
- Nach Tier- oder nach Bodenkontakt in entsprechender Umgebung sollten die Hände gründlich mit warmem Wasser und Seife gereinigt werden.

### **Ist die Krankheit meldepflichtig?**

Der Labornachweis ist dem Gesundheitsamt innerhalb von 24 Stunden zu melden.

Magen-Darm-Erkrankungen sind auch bei Verdacht meldepflichtig, wenn

- die betroffene Person Umgang mit Lebensmitteln hat
- oder in Einrichtungen zur Gemeinschaftsverpflegung arbeitet
- sowie bei 2 oder mehr Erkrankungen, bei denen ein Zusammenhang vermutet wird.

### Was gilt in Gemeinschaftseinrichtungen?

**Betroffene** müssen die Leitung der Einrichtung unverzüglich über die Erkrankung oder den Krankheitsverdacht informieren.

**Benachrichtigungspflicht:** Die Leitung einer Gemeinschaftseinrichtung hat das zuständige Gesundheitsamt unverzüglich zu benachrichtigen, wenn

- in ihrer Einrichtung betreute oder betreuende Personen an infektiöser Gastroenteritis erkrankt
- oder dessen verdächtig sind.

**Voraussetzungen zur Wiedenzulassung in eine Gemeinschaftseinrichtung** sind bei den einzelnen Erregern nachzulesen.

### Welche Regelungen gelten für Arbeiten mit Lebensmitteln?

Nach § 42 des Infektionsschutzgesetzes dürfen Personen, die an einer infektiösen Gastroenteritis erkrankt oder dessen verdächtig sind, nicht tätig sein oder beschäftigt werden

- beim Herstellen, Behandeln oder Inverkehrbringen bestimmter (in § 42 Abs. 2 IfSG genannter) Lebensmittel ([§ 42 IfSG - Einzelnorm \(gesetze-im-internet.de\)](#)), wenn sie dabei mit diesen in Berührung kommen, oder
- in Küchen von Gaststätten und sonstigen Einrichtungen mit oder zur Gemeinschaftsverpflegung.

**Voraussetzungen zur Wiederaufnahme der Tätigkeit** sind bei den einzelnen Erregern nachzulesen.