

MERKBLATT

HYGIENE BEI DURCHFALLERKRANKUNGEN

PERSÖNLICHE HYGIENE

- Gründliches Händewaschen mit Seife und warmem Wasser – nach jedem Toilettengang, nach dem Kontakt mit kontaminierten Gegenständen (z.B. Windeln) und vor dem Essen.
 - Anschließende Händedesinfektion mit einem alkoholischen Händedesinfektionsmittel und Abtrocknen der Hände.
 - Im Privathaushalt, falls Essenszubereitung für andere Personen erforderlich ist, dann nur unter strenger Einhaltung der Händehygiene.
 - Eigene Handtücher, Waschlappen und Toilettenartikel für die erkrankte Person.
 - Einmalwindeln für erkrankte Säuglinge und Kleinkinder verwenden.
 - Händedesinfektion mit einem alkoholischen Händedesinfektionsmittel, vor dem Stillen von Säuglingen.
- Mit Stuhl verschmutzte Oberflächen, insbesondere die Toilette sofort gründlich mit einem Haushaltsreiniger und Einmaltüchern unter Verwendung von Einmalhandschuhen reinigen.
 - Gegebenenfalls Nachwischen des Toilettensitzes mit einem Flächen-desinfektionsmittel. Geeignete Mittel sind in Apotheken erhältlich.
 - Unterwäsche sowie Bettwäsche, Handtücher und Waschlappen im Kochwaschgang waschen.
 - Stark verunreinigte Wäsche vor dem Waschen in eine geeignete Desinfektionsmittellösung einlegen.

KÜCHENHYGIENE ZUR VORBEUGUNG VON ERKRANKUNGEN

HYGIENE IM HAUSHALT

- Wenn möglich eine eigene Toilette benutzen oder Reinigung/Desinfektion mit einem rasch wirksamen Flächendesinfektionsmittel, nach jeder Benutzung insbesondere möglicher Kontaktflächen wie Türschnallen, Waschtischarmatur, Wasserspülung Toilettensitz.

- Wie Sie verhindern, dass durch das Essen Krankheitskeime übertragen werden:
- Rohes Fleisch niemals gemeinsam mit Lebensmitteln, die nicht erhitzt werden (z.B. Salat, Süßspeisen), auf demselben Schneidbrett verarbeiten.
- Für die Zubereitung getrennte Küchenutensilien (z.B. Kochlöffel, Messer) verwenden.

Haben Sie noch Fragen? Sie erreichen das Gesundheitstelefon der Stadt Wien unter der Telefonnummer **1450** jeden Tag von 0 bis 24 Uhr.



- Nach dem Hantieren mit rohem Geflügelfleisch Hände mit Seife waschen und Messer und Schneidbretter mit heißem Wasser abwaschen und erst nach vollständigem Abtrocknen wiederverwenden.
- Aufbewahrungsbehältnisse heiß spülen, idealerweise im Geschirrspüler.
- Arbeitsflächen und -geräte, die mit rohem Geflügel oder rohen Eiern in Kontakt waren, mit Spülmittel und heißem Wasser reinigen.
- Putztücher und Handtücher häufig wechseln und im Kochwaschgang heiß waschen.
- Lebensmittel ausreichend erhitzen! Die meisten Erreger werden durch Erhitzen auf über 70 °C für mind. zwei Minuten im Kern des Lebensmittels abgetötet.
- Bereits zubereitete Speisen rasch abkühlen und nicht über mehrere Stunden bei Raumtemperatur aufbewahren. Am besten nach dem Abkühlen nicht unmittelbar neben rohen Speisen im Kühlschrank lagern.
- Will man erhitzte Speisen bis zum Essen warmhalten, sollte man diese über 70°C heiß halten.

Auch der Kühlschrank selbst kann ein Hygieneproblem werden, wenn er nicht regelmäßig gereinigt wird:

- Verwenden Sie dazu einen haushaltsüblichen Reiniger mit ordentlicher Fettlösekraft.
- Schwitzwasser und Feuchtigkeit möglichst beseitigen, da Keime zum Wachstum Feuchtigkeit benötigen.

Auch beim Einkauf und der Lagerung gibt es einiges zu beachten:

- Bei leicht verderblichen Lebensmitteln Kühlkette nicht unterbrechen – beispielsweise Kühlertasche verwenden.
- Auf die richtige Kühlschrank-Temperatur achten - ideal ist eine Temperatur zwischen 4 - 6 °C.
- Lagern Sie die empfindlichen Lebensmittel wie z. B. Fleisch, Fisch oder Geflügel in der kältesten Klimazone des Kühlschranks.
- Rohes Fleisch und Fisch immer in dicht schließenden Behältern abgedeckt aufbewahren.

Haben Sie noch Fragen? Sie erreichen das Gesundheitstelefon der Stadt Wien unter der Telefonnummer **1450** jeden Tag von 0 bis 24 Uhr.