

## Orientierende Hinweise zur Vermeidung Nahrungsmittel-assoziiierter Erkrankungen

(sowie für die Zubereitung von Nahrungsmitteln durch die Patienten aller Risikogruppen bzw. Begleitpersonen)

Nahrungsmittel	Hohes Risiko	Geringes Risiko
Fleisch inkl. Geflügel, Fisch	<p>Roh oder nicht ausreichend erhitzt (z. B. Sashimi, ungenügend erhitzte Meeresfrüchte wie Muscheln oder Krabben)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frisches Mett, Tatar und ähnliche rohe Hackfleischzubereitungen</li> <li>• rohe Fleischschnitte wie Carpaccio</li> <li>• streichfähige, kurz gereifte Rohwürste (z. B. frische Mettwurst, Zwiebelmettwurst, Mett, Teewurst, Braunschweiger),</li> <li>• hartgereifte Salami</li> </ul>	<p>Ausreichend erhitzt<sup>#</sup> (Fleisch im Kern weiß oder braun gebraten, Saft klar)</p> <p>Im Ofen erhitzte Salami (z.B. auf einer Pizza)</p>
Eier und Eiprodukte	Roh oder nicht ausreichend erhitzt	Eier: Eiweiß und Eigelb festgekocht (mind. 8 min), falls laut Rezept rohe Eier verwendet werden sollen: pasteurisierte Eiprodukte (z. B. Flüssigei) verwenden.
Milchprodukte wie Quark, Käse	<p>Produkte aus nicht pasteurisierter Milch ('Rohmilchprodukte')</p> <p>Mit Oberflächenschmiere* hergestellter Käse, unabhängig ob pasteurisiert oder nicht pasteurisiert, (z. B. Sauermilchkäse, Harzer, Mainzer, Gelbkäse, Ölmützer Quargel, Limburger, Münster, Tilsiter etc.)</p> <p>* Zur Reifung von Weichkäse und Sauermilchkäse mit Schmierebildung werden <i>Brevibacterium</i> spp., Mikrokokken und Hefen eingesetzt. Die jeweiligen Käse sind durch gelbliche oder rötlich-orange Oberfläche gekennzeichnet.</p>	Mindestens pasteurisierte Produkte
Salat	Salatbar, frei zugänglich Rohe Sprossen	Salat, der sorgfältig gewaschen und frisch zubereitet wurde
Wasser / Eis	Leitungswasser ungefiltert, nicht abgekocht, stilles Mineralwasser	<p>ausreichend gekochter Tee (1 min sprudelnd kochen)</p> <p>kohlensäurehaltiges Mineralwasser</p> <p><b>In der Klinik:</b> Trinkwasser abgekocht oder nach 0,2 µm Filtration</p>

**Orientierende Hinweise zur Vermeidung Nahrungsmittel-assoziiierter Erkrankungen**  
 (sowie für die Zubereitung von Nahrungsmitteln durch die Patienten aller Risikogruppen  
 bzw. Begleitpersonen)

Früchte und Gemüse	Nicht geputzt oder gewaschen	Gut gewaschen (evtl. mit weicher Bürste reinigen oder schälen)
Nüsse		Nur erhitzte, vakuumverpackte, geschälte Nüsse, in 24 Stunden aufbrauchen
Müsli	Großpackung	Kleine patientenbezogene Gebinde, max. 1 Woche nutzen In Risikogruppe 2 und 3 autoklavierte Einzelportionen

**Ausgewählte Regeln der Basishygiene im Umgang mit Nahrungsmitteln**

- Mindesthaltbarkeitsdaten beachten, keine beschädigten Packungen nutzen.
- Händewaschen mit Seife vor der Zubereitung (Händedesinfektion nach Kontakt mit potentiell kontaminierten Fleisch- oder Fischprodukten).
- Frisches Fleisch und Fisch innerhalb von zwei Tagen zubereiten.
- Trennung der Bereiche „unsauber“ (rohes Fleisch, ungewaschenes Gemüse etc.) und sauber; unterschiedliche Bereiche (inklusive Küchenutensilien) für das Zubereiten von rohem Fleisch/Geflügel/Fisch und Gemüse und sonstiges.
- Lagerung der Nahrungsmittel im Kühlschrank bei ausreichender Kühlung (4-8° Celsius).
- Essensreste (auch angebrochene Fruchtsäfte) nur kurzzeitig ausreichend gekühlt aufbewahren (höchstens 24 Stunden) oder einfrieren und vor dem Verzehr ausreichend erhitzen.
- Geschirr am besten in Spülmaschine (mind. 65°C) aufbereiten.
- keinen Spülschwamm benutzen, Reinigung der Küchenflächen mit Einmaltüchern, Küchentextilien bei mind. 60°C waschen und nach dem Trocknen bügeln.

# Kerntemperatur von ausreichend erhitztem Fleisch: mind. 75°C.