Hauptabteilung Seminar

Deutsches Rotes Kreuz

DRK-Blutspendedienst West

Lassen Sie es **sich schmecken**

Tipps für den hygienischen Umgang mit Lebensmitteln

Liebe Rotkreuzler,

dank Ihrer Mithilfe erhalten Blutspender beim DRK eine gute und reichhaltige Verpflegung. Die Spender schätzen dies sehr und der Imbiss nach der Blutspende ist für viele ein ausschlaggebender Grund, auch den nächsten Termin in ihrem Ort zu besuchen.
Der Umgang mit Lebensmitteln birgt aber auch Gefahren. Unsere Blutspender vertrauen darauf, dass die angebotenen Lebensmittel hygienisch einwandfrei sind. Um dies zu gewährleisten, sind Grundkenntnisse in der Lebensmittelhygiene – vor allem über Mikroorganismen und deren Vermehrungsbedingungen – bei jedem Einzelnen Voraussetzung.
In unserer Broschüre haben wir die wichtigsten Informationen zusammengefasst. Sie soll dazu beitragen, die gute Qualität der Verpflegung auf unseren Blutspendeterminen weiter zu sichern.
Haben Sie Fragen zu diesem oder anderen Bereichen der Verpflegung? Sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

Gregor Veltkamp
Leiter Hauptabteilung Seminar

Herausgeber:
DRK-Blutspendedienst West gemeinnützige Gesellschaft mit beschränkter Haftung der Landesverbände Nordrhein, Westfalen-Lippe, Rheinland-Pfalz und Saarland

Text und Gestaltung: Hauptabteilung Seminar
Stand: September 2016

Hinweis:
Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit verwenden wir durchgängig die männliche Schreibweise wie Spender oder Helfer. Selbstverständlich wirken beide Geschlechter gleichermaßen am Erfolg unserer Arbeit mit.

Inhalt

3 Vorwort

5 Gefährdung durch Lebensmittel
6 Mikroorganismen
7 Bakterien und Lebensmittel

8 Leichtverderbliche Lebensmittel
8 Welche Lebensmittel sind leichtverderblich?
9 Umgang mit leichtverderblichen Lebensmitteln
10 Alternativen zu leichtverderblichen Lebensmitteln

11 Hygieneregeln
11 Worauf Sie in der Küche achten sollten
12 Arbeitsmittel in der Küche
13 Worauf jeder Einzelne achten sollte

14 Übertragbare Erkrankungen
14 Verhalten bei übertragbaren Erkrangungen
15 Tätigkeits- und Beschäftigungsverbote nach Infektionsschutzgesetz (IfSG)
16 Erkrankungen und ihre Symptome

18 Kennzeichnung von Lebensmitteln

Gefährdung durch Lebensmittel

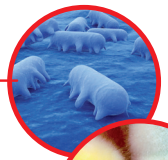
Jedes Jahr werden über 100 000 Erkrankungen gemeldet, die auf mangelnde Hygiene im Umgang mit Lebensmitteln zurückzuführen sind.

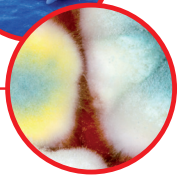
Der Begriff Hygiene ist abgeleitet von der griechischen Göttin „Hygieia“ und steht für die Lehre von der Gesunderhaltung des Menschen.
Hygiene im Umgang mit Lebensmitteln meint alle Maßnahmen und Vorkehrungen, die notwendig sind, damit ein Lebensmittel für den menschlichen Verzehr tauglich ist.
Gefährdungen entstehen durch physikalische Einflüsse wie z. B. Gegenstände im Essen oder chemische Einflüsse wie z. B. Verunreinigungen durch Putzmittel.
Am häufigsten werden Lebensmittel aber durch Mikroorganismen negativ beeinflusst.

Gefährdung durch Lebensmittel

Mikroorganismen

Jeder von uns weiß, dass viele Lebensmittel nur begrenzt haltbar sind. Obst kann faulen, Käse oder Marmelade können schimmeln. Die Auslöser dieser unappetitlichen Vorgänge sind Bakterien, Hefen oder Schimmelpilze. Solche Mikroorganismen sind unsichtbare Begleiter unseres täglichen Lebens. Sie kommen überall vor: im Wasser, in der Luft und auch auf oder in Lebensmitteln.





Bakterien:
- kleinste Lebewesen
- werden auch als Keime bezeichnet
- bilden Kolonien

Salmonellen:
- Bakterienart
- häufiger Auslöser von Lebensmittelvergiftungen
- Infektion kann zum Tod führen

Schimmelpilze:
- vermehren sich über Sporen
- können Gifte (Toxine) bilden
- Schimmelpilzgifte sind hitzeunempfindlich

Bakterien und Lebensmittel

Bakterien können sich explosionsartig vermehren und so Lebensmittel verderben. Leider kann man einen Lebensmittelverderb durch Bakterien nicht immer riechen oder schmecken. Vor allem bei leichtverderblichen Lebensmitteln gilt es darum, den Mikroorganismen keine Wachstumsmöglichkeiten zu bieten. Neben ausreichend Nahrung, Feuchtigkeit und Sauerstoff hat die Temperatur den größten Einfluss auf das Wachstum.

-18 °C
Ende der bakteriellen Vermehrung

-20 °C
Ideale Tiefkühltruhen-Temperatur

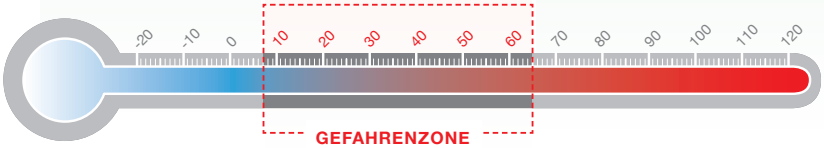
65 °C
Bakterienwachstum verlangsamt sich

37 °C
Optimales Bakterienwachstum

7 °C
Bakterienwachstum beschleunigt sich

120 °C
Zerstörung aller Bakterien

75 °C
Beginn der Zerstörung der meisten Bakterien



Leichtverderbliche Lebensmittel

Welche Lebensmittel sind leichtverderblich?

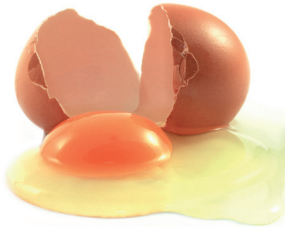
Einige Lebensmittel sind besonders anfällig für eine Keimentwicklung und können daher nur kurze Zeit aufbewahrt werden.
Zu diesen Lebensmitteln zählen unter anderem:

- Geflügelfleisch
- unerhitzte Eierspeisen
- Milchzubereitungen
- rohes Fleisch, besonders Hackfleisch (Mett)
- rohe Bratwürste

Umgang mit leichtverderblichen Lebensmitteln

Beim Umgang mit leichtverderblichen Lebensmitteln heißt es: kühl lagern und schnell verbrauchen. Je wärmer es ist, desto mehr Sorgfalt muss an den Tag gelegt werden. Leichtverderbliche Lebensmittel sollten nicht länger als eine Stunde ungekühlt aufbewahrt werden.
Grundsätzlich gilt: Was einmal die Kühlung verlassen hat, muss schnell verbraucht oder entsorgt werden.
Weiterhin sollten Sie:

- auf mayonnaisehaltige Salate im Sommer verzichten
- Lebensmittel bis zum Verzehr abdecken
- Eier nur hartgekocht anbieten
- warme Gerichte nicht unter 65 °C abkühlen lassen
- auf frisches Mett ganz verzichten



Alternativen zu leichtverderblichen Lebensmitteln

Auch bei der Auswahl der Lebensmittel sind einige Dinge zu bedenken. So sind leichtverderbliche Lebensmittel besonders im Sommer problematisch. Die Tabelle zeigt einige unproblematische Alternativen für Ihr Angebot.

problematisch	unproblematisch
Mett ✗	Rohschinken ✓
Kartoffelsalat ✗	Krautsalat ✓
Frischwurst ✗	Dauerwurst ✓
Milchprodukte ✗	H-Milchprodukte ✓
Weich- und Frischkäse ✗	Schnitt- und Hartkäse ✓
Beerenobst ✗	Hartschalenobst ✓
Bienenstich ✗	Streusel- und Butterkuchen ✓

Hygieneregeln

Worauf Sie in der Küche achten sollten

Auch wenn die Bedingungen in den einzelnen Spendelokalen nicht immer optimal sind – Lebensmittelhygiene fängt in der Küche an. Wichtig ist vor allem:

- ein leicht erreichbares Handwaschbecken mit Trinkwasser, unparfümierter Flüssigseife und Einmalhandtüchern
- fließend heißes und kaltes Trinkwasser in der Küche
- ein Kühlschrank/eine Kühlbox
- ausreichend Platz in der Küche

Hygieneregeln

Arbeitsmittel in der Küche

Die Arbeitsmittel in der Küche werden im Eifer des Gefechtes schnell vergessen. Folgende Dinge sollten Sie beachten:

- Arbeitsflächen, Messer und Schneidebretter zwischendurch reinigen
- für Fleisch oder Fisch Schneidebretter aus Kunststoff oder Glas verwenden
- Platten nicht ohne Reinigung zweimal hintereinander belegen
- frische Tücher für Reinigung und Trocknung benutzen
- die Arbeitsmittel mit Spülmittel und heißem Wasser reinigen
- Reinigungsmittel nicht in der Nähe von Lebensmitteln aufbewahren

Worauf jeder Einzelne achten sollte

Zur Lebensmittelhygiene gehören auch Selbstverständlichkeiten. Nachfolgend die Punkte, die die Personalhygiene betreffen:

- vor Arbeitsbeginn den Hand- und Unterarmschmuck ablegen

- saubere Arbeitskleidung tragen

- vor Arbeitsbeginn und nach jedem Toilettenbesuch die Hände gründlich mit Seife waschen

- Lebensmittel nicht anniesen oder anhusten

- im Lebensmittelbereich nicht rauchen

- Tätigkeits- und Beschäftigungsverbote nach dem Infektionsschutzgesetz (IfSG) beachten

Übertragbare Erkrankungen

Verhalten bei übertragbaren Erkrankungen

Personen mit einer Erkrankung, die durch Lebensmittel übertragbar ist, dürfen bei der Verpflegungszubereitung für Blutspender nicht helfen. Dies gilt auch, wenn Symptome solch eine Erkrankung lediglich vermuten lassen.

Im Infektionsschutzgesetz hat der Gesetzgeber Tätigkeits- und Beschäftigungsverbote formuliert, die auch auf Blutspendeterminen beachtet werden müssen. Diese gelten auch, wenn Sie sich nicht krank fühlen, eine Stuhlprobe aber den Nachweis eines der folgenden Krankheitserreger ergeben hat:

- Salmonellen
- Shigellen
- enterohämorrhagische Escherichia coli-Bakterien
- Choleravibrionen

Tätigkeits- und Beschäftigungsverbote nach Infektionsschutzgesetz (IfSG)

Personen, bei denen folgende Erkrankungen festgestellt wurden oder Symptome dieser Erkrankungen auftreten, dürfen nicht tätig sein oder beschäftigt werden beim Herstellen, Behandeln oder Inverkehrbringen leichtverderblicher Lebensmittel:

- **akute infektiöse Gastroenteritis** (plötzlich auftretender, ansteckender Durchfall), ausgelöst durch Salmonellen, Shigellen, Cholerabakterien oder andere Durchfallerreger
- **Typhus oder Paratyphus**
- **Virushepatitis A oder E** (Leberentzündung)
- **infizierte Wunden oder Hautkrankheiten**, bei denen die Möglichkeit besteht, dass deren Krankheitserreger über Lebensmittel auf andere Menschen übertragen werden können

Übertragbare Erkrankungen

Erkrankungen und ihre Symptome

Folgende Symptome weisen auf eine Erkrankung hin, auf Grund derer Sie nicht bei der Verpflegung von Blutspendern helfen dürfen:

- **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
- **milchigweiße Durchfälle** mit hohem Flüssigkeitsverlust sind typisch für Cholera
- **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

Unbedingt beachten !

Treten bei Ihnen die genannten Krankheitszeichen auf, nehmen Sie unbedingt den Rat Ihres Hausarztes oder Rotkreuzarztes in Anspruch!

Sagen Sie ihm, dass Sie bei der Zubereitung der Spenderverpflegung helfen. Informieren Sie den für die Küche Verantwortlichen bei der Blutspende.

Seien Sie auf keinen Fall ohne ärztliche Erlaubnis wieder im Verpflegungsbereich tätig.

Kennzeichnung von Lebensmitteln

Allergien und Lebensmittel-unverträglichkeiten

Mehr als 1/3 der Bevölkerung leidet an einer Allergie oder Lebensmittelunverträglichkeit. Damit die Betroffenen für sie unbedenkliche Lebensmittel auswählen können, müssen sie wissen, was in einem Lebensmittel enthalten ist.
Bei verpackten Lebensmitteln hilft ein Blick auf das Zutatenverzeichnis. Bei loser Ware, wie sie auf einem Buffet angeboten wird, muss eine Kennzeichnung von bestimmten Allergenen und Zusatzstoffen erfolgen.
Wichtig ist, dass die Angabe gut sichtbar, deutlich und gut lesbar ist. Es muss eine schriftliche Aufzeichnung vorliegen. Auf Blutspendeterminen reicht ein Hinweisschild in Verbindung mit einem Ordner, in dem die Zutatenverzeichnisse gesammelt werden. Der Ordner muss auf Nachfrage vorgezeigt werden.

Hauptallergen-Gruppen

In der Lebensmittelinformationsverordung (LMIV) sind die 14 Stoffe oder Erzeugnisse, die mehr als 90 % aller Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen, aufgeführt. Diese Allergene – und Erzeugnisse daraus – müssen gekennzeichnet werden:

1. **Glutenhaltiges Getreide**
2. **Krebstiere**
3. **Eier**
4. **Fische**
5. **Erdnüsse**
6. **Sojabohnen**
7. **Milch** (einschließlich Lactose)
8. **Schalenfrüchte** (z. B. Haselnüsse und Mandeln)
9. **Sellerie**
10. **Senf**
11. **Sesamsamen**
12. **Schwefeldioxid und Sulphite** (ab 10 mg/kg)
13. **Lupinen** (Hülsenfrüchte)
14. **Weichtiere** (z. B. Muscheln und Schnecken)

Noch Fragen?

Wer es hat, weiß mehr

Das Praxishandbuch für die Blutspende

Foto: DRK-OV Linnich

Zu diesem und anderen Themen bieten wir weitere Informationen im Praxishandbuch für die Blutspende. Kostenlose Exemplare des Nachschlagewerks hat jeder Ortsverein erhalten.
Wenn Ihr Ortsverein noch kein Handbuch hat, rufen Sie uns an:

DRK-Blutspendedienst West
Hauptabteilung Seminar
Sperlichstr. 15
48151 Münster
Tel.: 0251 709-370
Fax: 0251 709-114
E-Mail: seminar@bsdwest.de
www.blutspendedienst-west.de/ehrenamt