"Bakterienbombe" am Früshstückstisch

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **48 (1991)**

Heft 8

PDF erstellt am: **15.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969807

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«Bakterienbombe» am Frühstückstisch

Erschrecken Sie nicht, die Bombe, um die es sich hier handelt, kann zwar äusserst gefährlich werden, aber sie wird entschärft, wenn Sie einige Regeln beachten. Die Rede ist hier von Eiern, die wir in verschiedener Form zu uns nehmen. Warum sind Eier auf einmal zum gesundheitlichen Risiko geworden? Diese Tatsache haben wir einer Salmonellenart zu verdanken, die sich immer mehr ausbreitet.

Unter den über 1000 Salmonellenarten nistet sich dieser Stamm besonders in den Randschichten des Eidotters ein. Bei günstigen Temperaturen, die etwa um 37°C liegen, wächst die Zahl der Nachkommen einer einzigen Salmonellenbakterie auf eine Million innerhalb einer Stunde! Ein millionenfaches Heer von Salmonellen kann auf dem Frühstückstisch lauern, eine «Bakterienbombe», von der relativ wenige Erreger notwendig sind, um bei anfälligen, geschwächten Personen die Erkrankung auszulösen.

Symptome der Salmonellose

Wie wir aus Zeitungsberichten immer wieder erfahren, erkranken Menschen oft epidemieartig an Salmonellen, besonders bei geschwächten Menschen, Kindern und alten Personen. Mit verdorbener Nahrung – in unserem Fall mit dem Frühstücksei – gelangen die Salmonellen über den Magen und den Darm in den Blutkreislauf und scheiden dort giftige Stoffwechselprodukte aus.

Als Symptome der Erkrankung treten Übelkeit, Erbrechen, heftige Durchfälle, Pulsbeschleunigung und Fieber auf. In leichteren Fällen sind die Betroffenen nach drei Tagen wieder wohlauf, wobei nicht auszuschliessen ist, dass der Krankheitsverlauf auf sehr tragische Weise enden kann. Wir dürfen nicht vergessen, dass Salmonellen Verwandte von Thyphus- und Ruhrbakterien sind. Die Salmonellose ist eine ernste Erkrankung, die man nicht mit einem gelegentlichen Durchfall verwechseln darf.

Wie können wir uns schützen?

Bereits bei relativ geringer Wärme ab 10° C vermehren sich Salmonellen. Eier gehören deshalb sofort in den Kühlschrank. Die verseuchten Tiere sind schwer zu ermitteln. Es spielt keine Rolle, ob die Legehühner in Legestätten oder im freien Auslauf gehalten werden. Eine Verseuchung durch das Futter ist zwar möglich, aber nicht eindeutig erwiesen. Als Krankheitsüberträger können eventuell importierte Legehühner in Frage kommen.

Nachweisbar setzen sich die Erreger im Darm fest und befallen über die Blutbahn die Eierstöcke und Eileiter der Hühner. Von dort aus verseuchen sie die Eier. Die einfachste Art, sich zu schützen, ist: Essen Sie keine rohen Eier oder Speisen, die mit rohen Eiern zubereitet werden, wie Puddings, Mayonnaisen und Cremen!

Das sogenannte Drei-Minuten-Frühstücksei von halbroher Konsistenz kann immer noch aktive Salmonellen beherbergen. Vorsicht ist auch bei Spiegeleiern geboten, da sie nur auf einer Seite gebraten sind. Die Bouillon mit Ei kann ebenso zur Infektionsquelle werden.

Lassen Sie sich vom Genuss Ihres Frühstückseies keineswegs abschrecken und kochen Sie es lediglich eine Minute länger. Übrigens sollten Sie wegen des darin enthaltenen Cholesterins ohnehin nicht zu viele Eier essen.

Ein Frühstücksei pro Woche wird sicherlich in keiner Weise Schaden anrichten, wenn Sie auf die Zubereitung achten. (WG)