



Fakten zu Campylobacter

Die weltweit vorkommenden Campylobacter sind kleine, gekrümmte, stäbchenförmige Bakterien. Die Campylobacteriose beim Menschen wird hauptsächlich durch die beiden Spezies *Campylobacter jejuni* und *Campylobacter coli* hervorgerufen. Das natürliche Reservoir bilden Wild-, Haus- und Nutztiere, wobei die grösste Bedeutung dem Geflügel zukommt. Die Bakterien werden primär im Kot der häufig symptomlosen Tiere gefunden. Von dort können sie bei der Lebensmittelgewinnung, zum Beispiel beim Melken oder der Schlachtung, auf das frische Fleisch gelangen. Im Unterschied zu den Salmonellen kann sich Campylobacter im Lebensmittel selber nicht mehr vermehren. Bereits geringe Keimmengen reichen jedoch aus, um eine Infektion auszulösen. Durch Erhitzen (kochen, braten, pasteurisieren) werden Campylobacter in Lebensmitteln abgetötet, sofern die Kerntemperatur für mindestens zwei Minuten 70 °C erreicht. Tiefgefrieren reduziert die Zahl der Erreger, tötet sie aber nicht vollständig ab.

Infektion und Krankheitsverlauf

Eine Campylobacteriose äussert sich typischerweise durch folgenden Krankheitssymptome: Durchfall, Fieber, Unterbauchkrämpfe, Kopf- und Muskelschmerzen. Normalerweise verläuft die Infektion ohne Komplikationen und die Beschwerden klingen innert 1 bis 2 Wochen von selbst ab. Besonders gefährdet sind Menschen mit einem geschwächten Immunsystem. Die Zeit von der Ansteckung bis zur Erkrankung (Inkubationszeit) beträgt im Durchschnitt 2 bis 3 Tage. Die Infektion kann auch symptomlos verlaufen.

Infektionsquellen

Die Übertragung von Campylobacter auf den Menschen erfolgt hauptsächlich durch ungenügend erhitztes Geflügelfleisch, Geflügelleber sowie durch den Umgang mit kontaminierten Geflügelprodukten. Dabei spielen Kreuzkontaminationen (Keimübertragung von einem Lebensmittel auf ein anderes) in der Küche eine wichtige Rolle. Dies kann z. B. passieren, wenn für rohes Pouletfleisch und Salat das gleiche Schneidbrett verwendet wird, oder beim Fondue Chinoise, wenn der Saft vom rohen Poulet mit dem gekochten Fleisch, den Sossen oder den Beilagen in Berührung kommt. Möglich ist aber auch die indirekte Übertragung der Keime über Hände, Arbeitsflächen, Messer oder andere Küchengeräte. Ebenfalls ein Risiko stellt der Genuss von Tatar, rohen Eiern, Rohmilch und Rohmilchprodukten dar.

Präventive Massnahmen

- Die Hände vor der Zubereitung von Speisen und nach dem Kontakt mit rohen Lebensmitteln gründlich mit warmen Wasser und Seife waschen.
- Wenn möglich für rohes Fleisch ein separates Schneidbrett verwenden.
- Austretende Säfte und Auftauwasser vom Fleisch weggiessen und alle Gegenstände und Arbeitsflächen die damit in Berührung gekommen sind, mit heissem Wasser und Spülmittel reinigen.
- Pouletfleisch vollständig durchgaren.
- Beim Fondue Chinoise, Mongolentopf, und Partygrill auf Pouletfleisch verzichten wenn ein strikter hygienischer Umgang mit dem rohen Fleisch nicht mit Sicherheit garantiert werden kann.