

Hygiene-Tipps für zu Hause

Fakt ist: Privathaushalte sind mit 53 % der häufigste Ausgangsort für epidemiologisch bedeutsame Ausbrüche von Infektionskrankheiten

*Beim Einkaufen
in den warmen
Sommermonaten:
Kühltasche nicht
vergessen!*

1 Händewaschen mit Seife

- » vor dem Essen,
- » vor der Essenszubereitung und ggf. zwischendurch,
- » nach der Benutzung der Toilette,
- » nach (Hand-)Kontakt mit Tieren,
- » wenn man nach Hause kommt.

2 Spüllappen, Spülbürste, Schwämme und Wischlappen

- » Möglichst täglich wechseln und bei mind. 60 °C waschen.
- » Getrennte Wischlappen für Bad und Küche verwenden.
- » Nach Gebrauch Wischlappen, Schwämme und Spüllappen immer gut trocknen.
- » Spülbürste in Geschirrspülmaschine reinigen, Schwämme häufig wechseln.

3 Regelmäßig lüften

- » insbesondere in Küche, Toilette und Bad sowie Schlafzimmer.

4 Lebensmittelhygiene

- » Insbesondere bei Verarbeitung von rohem Fleisch, Eiern, Fisch und Geflügel: Schneidebretter, Messer und Kontaktflächen sofort mit heißem Wasser und Reinigungsmittel säubern und mit fließendem Wasser abspülen.
- » Reinigung von Ess- und Kochutensilien möglichst in der Spülmaschine bei 60 °C.
- » Auf ausreichende Gartemperatur und -zeit im Zentrum des Lebensmittels achten (mindestens 70 °C/2 Minuten oder 65 °C/10 Minuten).
- » Gegarte Lebensmittelreste im Kühlschrank aufbewahren.
- » Kühlschranktemperatur zwischen 1 und 5 °C, Gefrierschrank minus 18 °C einstellen.
- » Verschimmelte Lebensmittel komplett wegwerfen.
- » Kühlschrank regelmäßig reinigen.

5 Wäschehygiene

- » Waschen bei mind. 60 °C mit Vollwaschmittel: Unterwäsche, Handtücher, Bettwäsche, Waschlappen; Küchenhandtücher, Spüllappen, Putzlappen getrennt waschen
- » Normale Oberbekleidung kann bei niedrigeren Temperaturen gewaschen werden.
- » Einmal pro Woche Heißwaschgang (mindestens 60 °C) in der Waschmaschine zum Schutz vor Biofilmbildung anstellen. Waschmaschinenfach und Dichtung säubern.

Siehe auch: BfR Verbrauchertipps: Schutz vor Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt. https://www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps_schutz_vor_lebensmittelinfektionen_im_privathaushalt.pdf

Bei Immunschwäche oder Auftreten von Infektionskrankheiten gelten andere Maßnahmen (s. entsprechende Merkzettel bzw. Broschüren unter <https://hygiene-tipps-fuer-kids.de/krankenhaus-broschueren>).

