

HYGIENE im Haushalt



Gesunde Sauberkeit nach Maß

Inhalt

Vorwort	1
Hygiene im Haushalt – das richtige Maß	2
Hygiene: Vorbedingung für Gesundheit und Wohlbefinden	3
Zwei Seiten einer Medaille: Mikroorganismen im Haushalt	4
Kein neues Thema – aber hochaktuell	5
Kleiner Anlass – große Wirkung	6
Die Küche – das Zentrum des Haushalts	7
Hygienetipps für die Küche	8
Bad-Hygiene	10
Hygienetipps für Bad und WC	11
Wäsche – sauber und rein	12
Hygienetipps zum Wäschewaschen	14
Hygiene im Haushalt: Keine Zauberei	15
Glossar: Einige wichtige Hygienebegriffe	16

Wort

„Hygiene beinhaltet den Schutz vor belebten und unbelebten Schädlichkeiten wie Infektionserregern, Giften und anderen schädlichen Umwelteinflüssen. Ebenso können aber Maßnahmen, die das psychische Wohlbefinden fördern, wie z.B. das Herstellen einer thermisch behaglichen, angenehm beleuchteten, komfortablen und wohlriechenden Umgebung, als „hygienisch“ angesehen werden. Aber auch ästhetische Kategorien sind durchaus mit den Zielen der Hygiene vereinbar. Reinheit, Sauberkeit, Ordnung und eine optisch ansprechende Umgebung sind deshalb oft zu Recht mit der Vorstellung von Hygiene verbunden.

Diese Broschüre beschäftigt sich mit der Hygiene im Haushalt, in dem man ja die vorgenannten Ziele erreichen möchte: Weder Infektionserreger noch Gifte und andere schädliche Einflüsse sollen das körperliche Wohlbefinden gefährden, und das seelische Wohlbefinden soll in den eigenen vier Wänden so groß wie nur möglich sein. Sauberkeit ist ein Weg zu diesem Ziel. Allerdings kann auch diese übertrieben werden, wenn die putzsüchtige Hausfrau die anderen Familienmitglieder damit tyrannisiert oder die Wohnung in eine Desinfektionsanstalt umgewidmet wird. Auf das richtige Maß kommt es eben an! Mögen die nachstehenden Tipps helfen, dieses Maß zu finden.“

*Univ. Prof. Dr. med Manfred Rotter
Vorstand des Hygiene-Institutes der Universität Wien*

Hygiene im Haushalt ... das richtige Maß

Vorbeugen, um nicht das Nachsehen zu haben: Dieser Grundgedanke ist charakteristisch für jede Form von Hygiene; sie konzentriert sich in aller Regel auf vorbeugende Maßnahmen.

Das gilt auch für Hygiene im Haushalt. Diese Broschüre informiert darüber, wie sich gesunde Sauberkeit auf sinnvolle Weise erreichen lässt. Konkrete Produktempfehlungen werden nicht gegeben. Denn Haushaltshygiene ist keine Frage der Verwendung bestimmter Produkte. Sie hängt vielmehr mit dem „richtigen“, also angemessenen Verhalten zusammen. Der Schwerpunkt liegt daher auf einfach zu befolgenden, aber effektiven Hygienetipps. Sie sind den Haushaltsbereichen Küche und Bad sowie dem Wäschewaschen zugeordnet. Dabei spielt die Küchenhygiene – verglichen mit Bad- und Wäschehygiene – die wichtigste Rolle.

In Haushalten, in denen die Grundregeln der Hygiene konsequent angewendet werden und in denen alle Mitglieder gesund sind, treten normalerweise keine Probleme auf. Die zur Reinigung und Pflege von Küche und Bad sowie zum Waschen von Textilien auf dem Markt angebotenen Produkte stellen – bei richtiger Anwendung – einen hohen Hygienestandard sicher. Sie enthalten ausschließlich gesundheitlich und ökologisch abgesicherte Inhaltsstoffe.

Es gibt aber auch Situationen, in denen die Einhaltung der Hygieneregeln nicht immer überwacht werden kann (Kleinkinder, Haustiere) oder in denen besondere Maßnahmen notwendig sind. So sind beispielsweise Säuglinge und Kleinkinder, Schwangere, alte Menschen und Personen, die wegen einer Erkrankung oder Medikamenteneinnahme immungeschwächt sind, besonders infektionsgefährdet. Ihre Anfälligkeit für Krankheitserreger ist größer; die Verläufe sind in der Regel schwerer. Daneben gibt es Menschen, die ganz besonders hohe Anforderungen an die Hygiene stellen.

Für diese Zwecke stehen spezielle Produkte mit antibakteriellem Zusatznutzen zur Verfügung. Sie sind auf ganz spezifische Verbraucherbedürfnisse zugeschnitten und sollten im normalen Haushalt ausschließlich gezielt – „nach Maß“ – und nur zur Lösung ganz bestimmter Hygieneprobleme eingesetzt werden.

Auf diese Produktgruppen wird im Folgenden Bezug genommen. Die Informationen ermöglichen es dem Verbraucher, selbst zu entscheiden, welche Hygienemaßnahmen seinen Bedürfnissen am besten entsprechen. Im Zweifelsfall empfiehlt es sich immer, bei den Herstellern nähere Auskünfte einzuholen. Eine Service-Telefonnummer steht auf den allermeisten Packungen!

Hygiene

Vorbedingung für Gesundheit und Wohlbefinden

Eine allgemein verbindliche Definition von Hygiene gibt es nicht. Im Gegenteil: Fast jeder hat von Hygiene eine eigene Vorstellung, ebenso davon, wie sie sich erreichen lässt. Der Begriff geht zurück auf „Hygieia“, die griechische Göttin der Gesundheit. In der Wissenschaft bezeichnet Hygiene ein Fachgebiet der Medizin, das neben der Gesundheitslehre auch die Gesundheitspflege und Gesundheitsfürsorge einschließt. Unter Berücksichtigung der Wechselbeziehungen zwischen dem Menschen und seiner Umwelt werden hier Maßnahmen entwickelt, die körperliche Erkrankungen, aber auch geistige, seelische und soziale Störungen verhindern sollen.

Hygiene dient also der Vorbeugung im weitesten Sinn. Sie versucht, Krankheiten zu verhüten und das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit zu erhalten oder zu steigern. So spielt denn die Hygiene in allen Lebensbereichen eine wichtige Rolle: Haushalts-, Körper- oder Umwelthygiene sind nur einige Beispiele von vielen.

Im Alltagsgebrauch wird der Begriff Hygiene heute gleichbedeutend mit gründlicher Sauberkeit und allen darauf abzielenden Maßnahmen verwendet. Dieser Zusammenhang kommt nicht von ungefähr. Es ist zweifelsfrei nachgewiesen, dass die allmähliche Entwicklung reinlicher, also hygienischer Verhältnisse in Europa, vor allem seit Beginn des 20. Jahrhunderts, entscheidend zu dem heutigen Lebens- und Gesundheitsstandard beigetragen hat. Cholera und Pest gehören der Vergangenheit an, und auch Ruhr und Tuberkulose haben schon lange ihre Schrecken verloren. Dagegen sind unzureichende Hygienebedingungen in vielen Entwicklungsländern nach wie vor Ursache zahlreicher Krankheiten.

Zwei Seiten einer Medaille

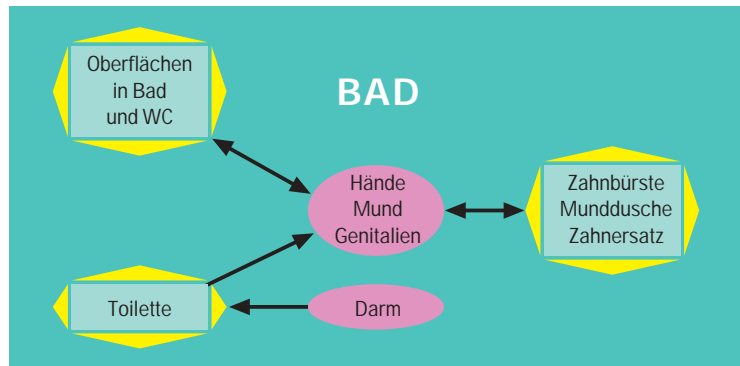
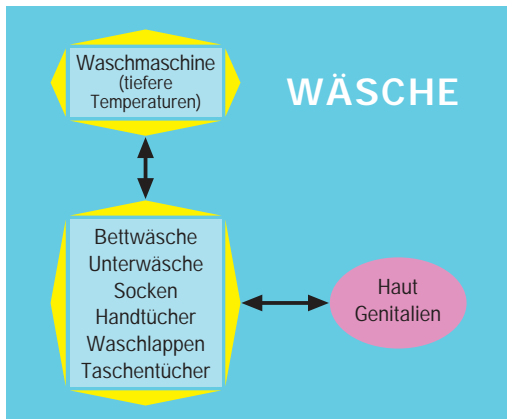
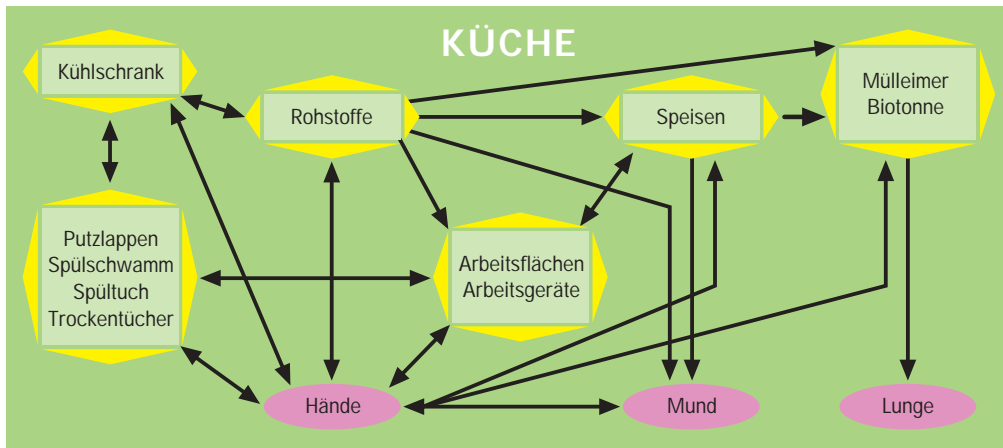
Mikroorganismen im Haushalt

In jedem Haushalt gibt es Mikroorganismen: Bakterien, Pilze, Viren. Auch auf der Haut und in den inneren Organen des Menschen finden sich Abermillionen von ihnen. Das ist völlig normal und sogar erwünscht. Denn ohne Mikroorganismen gibt es kein Leben.

Die weitaus meisten Mikroorganismen sind absolut harmlos. Nur ganz wenige sind krankheitserregend (pathogen). Aber selbst diese haben, unter normalen Umständen, keine negativen Folgen für einen gesunden Menschen.

Verbreitung und Vermehrung von Mikroorganismen im Haushalt durch Kreuzkontamination

Quelle: SÖFW 6/2000



↔ Kreuzkontamination ★ Wachstum von Mikroorganismen

Kein neues Thema... aber hochaktuell

Unter bestimmten Bedingungen können sich Mikroorganismen jedoch sehr rasch vermehren. Optimal für eine ausgeprägte Vermehrung sind Feuchtigkeit und Temperaturen zwischen 10 °C und 40 °C sowie das Vorhandensein organischer Substanzen, z.B. Hautschuppen oder Lebensmittelreste, als Nährboden. Kommen alle diese Faktoren zusammen, können die Mikroorganismen vom normalen „Mitbewohner“ zum echten Gesundheitsrisiko werden.

Weiter verschärft wird die Situation, wenn zum unerwünschten, massenhaften Bakterienwachstum die unbeabsichtigte Verbreitung der Krankheitserreger im Haushalt kommt. Bei der so genannten Kreuzkontamination werden Mikroorganismen durch direkten Kontakt von einer befallenen Oberfläche auf eine andere übertragen. Dies ist eine der häufigsten Ursachen für mikrobielle Verunreinigungen. Sie kann auf unzähligen Wegen zur Verbreitung und Vermehrung von Mikroorganismen im privaten Haushalt führen.

Sind auch die Seuchen und Epidemien des Mittelalters aus Europa verbannt, so ist die Beschäftigung mit Hygiene noch lange kein Anachronismus. Im Gegenteil, das Thema gewinnt ständig an Aktualität. Ein Beleg dafür ist die Zahl der Lebensmittelinfektionen, die in den letzten zwanzig Jahren stark zugenommen hat.

So konnten zwar bei der gewerblichen und der Haushaltshygiene zahlreiche Verbesserungen erzielt werden. Sie zeigen sich z.B. beim Einsatz von Geschirrspülmaschinen oder den in nahezu jedem Haushalt vorhandenen Kühlmöglichkeiten.

Andererseits hat sich der gesellschaftliche Wandel teilweise negativ auf die Reinigung und Pflege des Haushalts ausgewirkt. Viele Verbraucher können oder wollen nicht mehr so viel Zeit und Aufwand in die Hausarbeit investieren. Zudem sind viele der über Jahrzehnte erprobten Haushalts- und Hygieneregeln in Vergessenheit geraten und werden nicht mehr an nachfolgende Generationen weitergegeben.

Kleiner Anlass ... große Wirkung

Manchmal sind es nur unbedeutend erscheinende Veränderungen, die einen großen Einfluss auf die Hygiene haben.

- Die Anforderungen moderner Textilien, aber auch ein gewandeltes Umweltbewusstsein haben dazu geführt, dass die Wäsche heute bei viel niedrigeren Temperaturen gewaschen wird als früher.
- Fensterlose Bäder lassen sich schlecht lüften. Das kann zu dauerhaften Nassflächen mit Schimmelbildung führen.
- Den positiven ökologischen und wirtschaftlichen Wirkungen von Wärmedämmungsmaßnahmen stehen wegen der behinderten Luftzirkulation hygienische Nachteile gegenüber.
- Ein an „schneller Küche“ orientiertes Ernährungsverhalten führt zu mangelhafter Durchhitzung der Speisen (Mikrowelle).
- Zahlreiche moderne Küchengeräte, wie Aufschneidemaschinen oder Dosenöffner, lassen sich nicht immer gründlich reinigen.
- Die heute vielfach verwendeten Spannbetttücher werden nicht mehr allmorgendlich ausgeschüttelt.
- Die Einführung der Biotonne bringt ganz neuartige Hygieneprobleme mit sich.

DIE

KÜCHE

... das Zentrum des Haushalts

Das von Mikroorganismen ausgehende Gefährdungspotential ist im Haushalt nicht überall gleich groß. Verblüffenderweise finden sich in der Küche generell höhere Keimzahlen als z.B. im Sanitärbereich. Schon aus diesem Grund kommt der Küchen- und Lebensmittelhygiene eine ganz besondere Bedeutung zu.

Während sich die meisten Verbraucher vor allem von chemisch bedingten Lebensmittelvergiftungen, z.B. aufgrund von Produktionsfehlern oder individuellen Unverträglichkeiten, sowie durch Nahrungsmittelallergien bedroht sehen, ist die Wahrscheinlichkeit einer mikrobiologisch bedingten Erkrankung vierzigmal höher!

Von mikrobiell belasteten Lebensmitteln ausgelöste Erkrankungen reichen von Magenverstimmungen bis zu Durchfall und Erbrechen. Für Menschen mit einem geschwächten Immunsystem kann das im Extremfall lebensbedrohlich sein. In Deutschland werden pro Jahr etwa 200.000 Fälle infektiösen Durchfalls registriert; die Dunkelziffer liegt vermutlich zehnmal höher. Ursache sind meistens mikrobiell belastete Lebensmittel, und zwar zum weitestgehendsten Teil häuslichen Ursprungs.

Mikroorganismen können auf zwei unterschiedlichen Wegen Durchfall erzeugen. Entweder unmittelbar durch Infektion oder

durch ihre giftigen Stoffwechselprodukte. Einige dieser Stoffe sind hitzestabil. Sie können also auch dann Erkrankungen auslösen, wenn die Lebensmittel nach dem Befall noch ausreichend durchgegart wurden!

Auch frische Lebensmittel sind nicht keimfrei. Durch entsprechende Hygienemaßnahmen kann aber sichergestellt werden, dass sich die Keime im Lebensmittel nicht weiter vermehren. Die Lebensmittelhygiene richtet sich vor allem auf die richtige Auswahl, Lagerung und Verarbeitung der Nahrungsmittel. Sie wird ergänzt durch küchenhygienische Maßnahmen wie die Reinigung, das Spülen und gegebenenfalls eine spezielle Entkeimung.

Trotzdem gelangen immer wieder krankheitserregende Mikroorganismen in die Küche, z.B.:

- über rohe Lebensmittel wie Fleisch, Geflügel, Fisch, Eier oder Gemüse
- über Personen, z. B. durch das Anfassen von Lebensmitteln mit nicht sorgfältig gewaschenen Händen
- über Haustiere und Haushaltsschädlinge.



Insbesondere die Keimverschleppung während der Zubereitung hat zu der starken Zunahme der Lebensmittelinfektionen in den letzten Jahren beigetragen. Die wichtigsten Übertragungswege für Kreuzkontaminationen sind neben den Händen die Spül- und Putzlappen. Küchengeräte wie Aufschneidemaschinen, Dosenöffner usw. sind hygienisch kritisch, da sie sich oftmals nur schlecht reinigen lassen. Auch wenn das selbe Schneidebrett ohne Zwischenreinigung für rohes Fleisch und das Schneiden von Gemüse verwendet wird, droht die Gefahr einer Kontamination.

Ein weiterer wichtiger Auslöser für Lebensmittelinfektionen sind Temperaturfehler, vor allem die fehlende oder mangelhafte Kühlung bei der Lagerung, die zu langsame Abkühlung von Speisen, die ungenügende Erhitzung beim Kochen und Aufwärmen sowie das lang dauernde Warmhalten bei niedrigen Temperaturen. Besonders gefährdet ist Fleisch. Es sollte vor dem Verzehr ausreichend durchgegart werden. Die Beachtung der richtigen Temperaturen für die Kühlung bzw. das Garen ist dazu von besonderer Bedeutung, zumal etwa zehn Prozent der tiefgefrorenen Geflügel und fünf Prozent der Schlachtschweine trotz intensiver Bemühungen auf Erzeugerseite noch immer mit Salmonellen kontaminiert sind.

HYGIENETIPPS FÜR DIE KÜCHE

Die Übertragung und Vermehrung von Mikroorganismen in der Küche lässt sich durch einige einfache Regeln verhindern:

Die Küche sauber halten, auch an versteckten und schwer zugänglichen Stellen.

Die Hände vor der Zubereitung und dem Verzehr von Lebensmitteln gründlich waschen.


Die Hände auch nach dem Naseputzen und dem Besuch der Toilette gründlich waschen.

Rohe und zubereitete Lebensmittel immer an getrennten Stellen und mit getrennten Küchenutensilien verarbeiten.

Spül- und Putzlappen nach dem Gebrauch schnell trocknen lassen. Häufig wechseln oder Tücher für den einmaligen Gebrauch, wie z. B. feuchte Allzwecktücher, verwenden.

Den Kühlschrank mindestens alle vier Wochen reinigen. Die Kühlschranktemperatur stets unter 5 °C halten.

Rohes Fleisch im unteren Kühlschrankbereich, und zwar immer unter den zubereiteten Speisen, aufbewahren.



T
T
T
Gefrorene Lebensmittel niemals auf der Küchenarbeitsplatte auftauen, sondern besser im Kühlschrank oder in der Mikrowelle, auf jeden Fall aber in einer Schüssel.

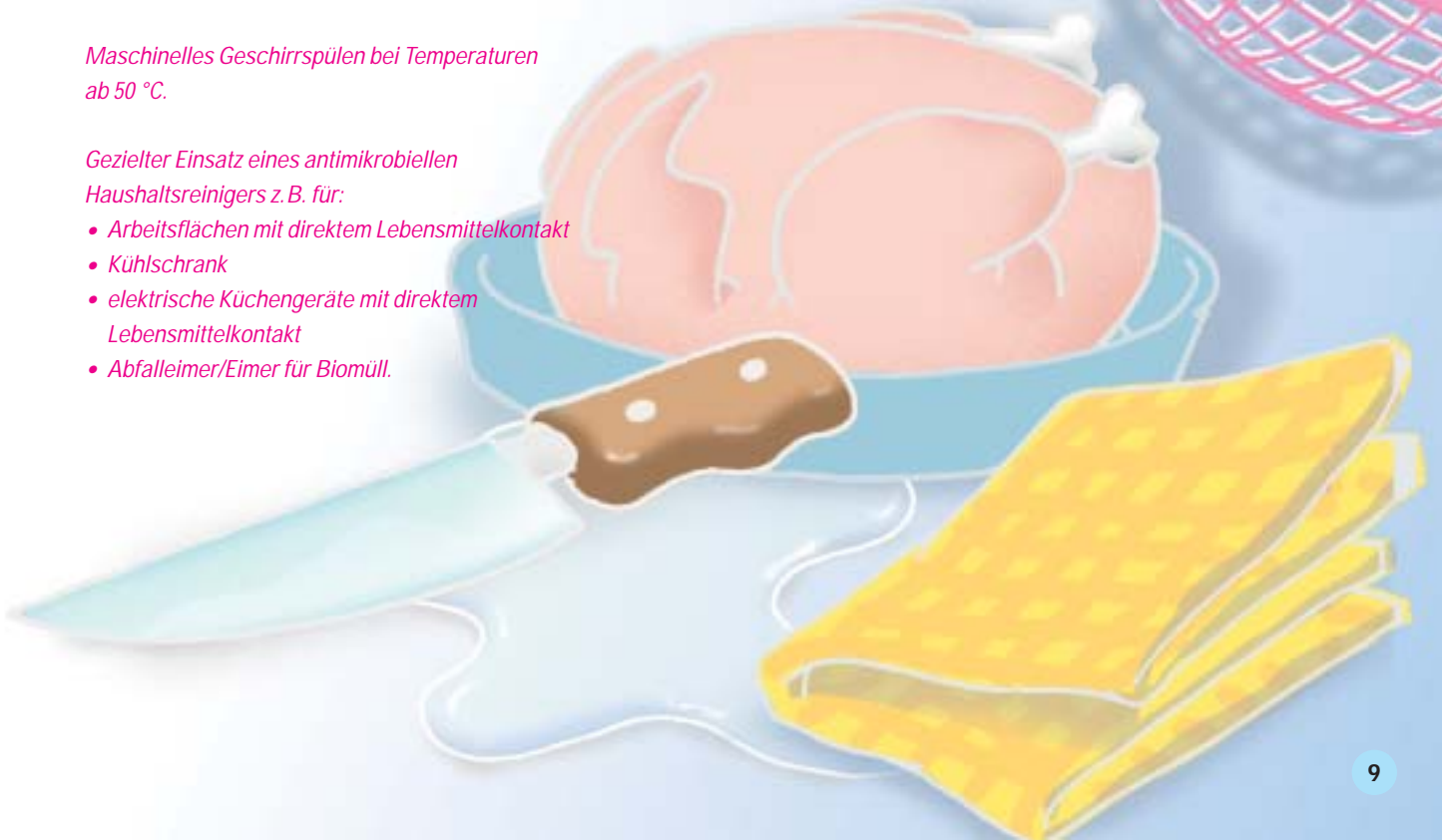
S
S
Sämtliche Lebensmittel und Speisen sollten unbedingt in geschlossenen Behältern im Kühlschrank aufbewahrt werden.

A
A
Alle Speisen gründlich erhitzen und nach der Zubereitung alsbald verzehren.

E
E
Essensreste im Kühlschrank lagern und innerhalb von maximal zwei bis drei Tagen verzehren.

Maschinelles Geschirrspülen bei Temperaturen ab 50 °C.

Gezielter Einsatz eines antimikrobiellen Haushaltsreinigers z. B. für:

- Arbeitsflächen mit direktem Lebensmittelkontakt
 - Kühlschrank
 - elektrische Küchengeräte mit direktem Lebensmittelkontakt
 - Abfalleimer/Eimer für Biomüll.
- 

BAD-HYGIENE

Die Bedingungen im Badezimmer fördern die Vermehrung von Mikroorganismen. Die Luftfeuchtigkeit ist im Allgemeinen höher als in den anderen Bereichen des Haushalts, und es sind fast immer Rückstände an organischen Stoffen, z. B. Hautpartikel, vorhanden.

Die Mikroorganismen im Badezimmer stammen zum großen Teil vom Menschen und sind für Gesunde harmlos. Wenn aber Benutzer des Badezimmers krank sind, steigt die Zahl der krankheitserregenden Mikroorganismen stark an. In solchen Fällen können nicht nur die WC-Brille, sondern auch andere Oberflächen kontaminiert sein, vor allem Armaturen, Schalter, Waschlappen und Handtücher.

In die Toilette gelangen stets große Mengen von Bakterien (bis zu zehn Milliarden pro Gramm Exkrement). Leidet ein Toiletten-Benutzer an einer Darminfektion, können bis zu zehn Prozent dieser Bakterien krankheitserregend sein. Bei der Spülung werden die meisten Mikroorganismen entfernt. Falls aber das WC nicht regelmäßig gereinigt wird, können Mikroorganismen in großer Zahl bis zu mehrere Wochen überleben, wenn sie sich beispielsweise in Oberflächenbelägen, so genannten Biofilmen (*siehe Glossar*) ansiedeln oder von Kalkablagerungen geschützt werden.

Beim Spülen des WCs entstehen feine Tröpfchen, die lebensfähige Mikroorganismen enthalten. Diese können sich auf Oberflächen und Gegenständen im Badezimmer niederschlagen. Von besonderer Bedeutung ist jedoch die unmittelbare Übertragung von Mikroorganismen durch mit Exkrementen verunreinigte Hände auf Oberflächen, wie Wasserhähne oder Türgriffe.

Ein nährstoffreiches Umfeld finden Mikroorganismen in (Abläufen von) Waschbecken, Duschwannen und Abflussrohren. Auch die Wände der Dusche und der Duschvorhang bieten unter Umständen gute Bedingungen für das Wachstum von Schimmelpilzen, deren Sporen allergische Reaktionen auslösen können. Ebenso fördern Waschlappen, Handtücher und Schwämme, die lange feucht bleiben, die Vermehrung von Mikroorganismen.



T

T

HYGIENETIPPS FÜR BAD UND WC

B

Hygiene im Bad zielt darauf, die Vermehrung von Mikroorganismen an Nass- und Feuchtstellen zu verhindern und die Übertragung aus dem Bad in andere Bereiche des Haushalts, vor allem in die Küche und damit auf Lebensmittel, zu unterbinden. Dabei sollten folgende Tipps beachtet werden:

B

S

Nach jeder Toilettenbenutzung die Hände sorgfältig waschen.

Alle Bereiche in Bad und WC trocken halten.

Häufig und ausreichend lüften.

Handtücher, Waschlappen ebenso wie Duschvorhänge und Badematten etc. möglichst schnell trocknen.

Gezielter Einsatz antimikrobieller Reinigungsmittel z. B.:

- *bei Schimmelbefall z. B. von Duschvorhängen. Diese in einem Hygienereiniger einweichen oder andere befallene Bereiche mit einem Hygienereiniger behandeln.*
- *bei besonders hohen Hygieneansprüchen an Toilette und Bad.*



WÄSCHE ... sauber und rein

Im Gegensatz zu Bad und Küche mit ihren glatten und abwaschbaren Oberflächen stellt das Wäschewaschen andersartige Anforderungen an die Hygiene. Im Haushalt und am Arbeitsplatz werden Kleidung, Bettzeug, aber auch Spüllappen, Geschirrtücher etc. beim Gebrauch oft stark mit Mikroorganismen verunreinigt.

Die zahllosen, in der Regel aber nicht krankheitsrelevanten Mikroorganismen auf der Oberbekleidung stammen vom menschlichen Körper, die meisten Bakterien in gebrauchter Unterwäsche von Ausscheidungen und damit aus der Darmflora. Einige davon sind krankheitserregend, jedoch nur dann, wenn sie massenhaft auftreten.

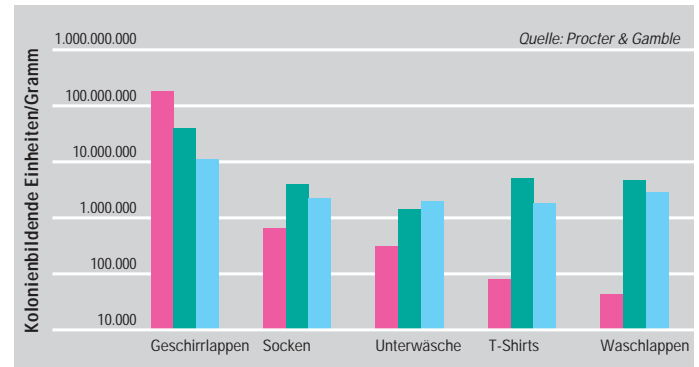
Viele Textilien enthalten auf ihren Pflegeetiketten eine Temperaturempfehlung von 30 °C oder 40 °C. Bei höheren Waschttemperaturen können sich empfindliche Wäschestücke verziehen, einlaufen oder verfärben. Deshalb und aus Gründen der Energieersparnis wird die Wäsche heute bei viel niedrigeren Temperaturen als früher gewaschen. Die hygienische Reinheit nimmt jedoch mit den niedrigen Waschttemperaturen ab.

Mit den in den letzten Jahren stark verbesserten Waschmaschinen und Waschmitteln können heute auch bei Temperaturen unterhalb von 95 °C (Kochwäsche) gute Waschergebnisse erzielt werden.

Moderne Vollwaschmittel verfügen über ein Bleichsystem. Damit lässt sich unter normalen Bedingungen bei 40 °C in der Regel ein gutes Reinigungsergebnis und eine zufriedenstellende hygienische Reinheit erreichen. Früher war dafür ein Kochwaschgang notwendig.

Wird aber dauerhaft nur bei 30 °C gewaschen, lässt sich keine ausreichende hygienische Reinheit garantieren, auch wenn die in Vollwaschmitteln enthaltenen Bleichmittel bereits bei dieser Temperatur die Bakterienzahl vermindern.

Gemischte Waschladung (32 °C) Gesamtkeimzahl (sauerstoffabhängige Mikroorganismen)



Quelle: Procter & Gamble

Während die Keimzahlen des hochbelasteten Geschirrlappens beim Waschen bei 32 °C geringer wurden, erhöhte sich die Keimbelastung bei den mitgewaschenen Wäschestücken. Dies bedeutet, dass eine Verteilung der Mikroorganismen während des Waschvorgangs zwischen den verschiedenen Wäschestücken einer Waschladung stattgefunden hat.

Dann werden zwar viele, aber längst nicht alle Mikroorganismen entfernt. Unter Umständen kann ein unerwünschter Nebeneffekt auftreten: Die Mikroorganismen werden beim Waschen noch weiter über die Wäsche verteilt. Das bestätigt ein Versuch, bei dem die Keimzahl vor und nach einer üblichen Niedrigtemperaturwäsche mit Wasser und einem handelsüblichen bleichmittelfreien Waschmittel bestimmt wurde (siehe Grafik).

Werden verschiedene Wäschestücke zusammen in der Waschmaschine gewaschen, so findet bei niedrigen Waschttemperaturen eine Verteilung sämtlicher ursprünglich auf einzelnen Wäschestücken, wie z.B. Unterwäsche, befindlichen Bakterien auf die mitgewaschenen Kleidungsstücke statt. Es kommt jedoch nicht zu einer Anreicherung von Bakterien bei mehreren Wäschen hintereinander.

Wenn eine Waschmaschine über längere Zeiträume überhaupt nicht oder nur für Waschkzyklen mit einer Temperatur von 30 °C benutzt wird, kann sich ein Biofilm auf der Innenseite der Waschmaschine bilden. Damit besteht die Gefahr, dass sich Mikroorganismen, die in Biofilmen überleben, weiter ausbreiten. Die nachfolgenden Hygienetipps dienen auch der Vorbeugung oder Beseitigung von Biofilmen.



HYGIENETIPPS ZUM WÄSCHEWASCHEN

Optimale Wäschehygiene lässt sich heute mit einfachen Mitteln sicherstellen:

Benutzte Textilien und insbesondere feuchte Schmutzwäsche (z.B. Sportkleidung) stets schnell und gründlich trocknen lassen und möglichst rasch waschen.

Gewaschene Wäsche sofort trocknen und nicht in der Waschmaschine liegen lassen.

Bei der Reinigung das Behältnis für die Schmutzwäsche nicht vergessen! Textile Wäschesäcke werden in der Waschmaschine mitgewaschen.

Zur Vorbeugung und Beseitigung von Biofilmen sollte in regelmäßigen Abständen, im normalen Haushalt etwa einmal pro Woche, bei höheren Temperaturen (z.B. 60 °C) mit einem Vollwaschmittel gewaschen werden.

Leben Personen mit einer ansteckenden Erkrankung, vor allem Haut- oder Darminfektionen, oder einem geschwächten Immunsystem im Haushalt, sollten Kleidungsstücke bei einer höheren Temperatur, z.B. 60 °C, gewaschen werden.

Teilen sich mehrere Haushalte eine Waschmaschine oder werden Gemeinschaftseinrichtungen wie öffentliche Waschsalo-
nens benutzt, sollte der erste Waschgang bei höheren Temperaturen erfolgen. Andernfalls kann eine zuvor bereits kontaminierte Waschmaschine zu einer Kreuzkontamination der nächsten Beladung oder des nächsten Benutzers führen.

Gezielter Einsatz von antibakteriellen Waschmitteln oder Wäsche-Hygienspülnern für den Nachspülgang z.B.:

- bei erhöhten hygienischen Ansprüchen an die Wäsche
- bei der Nutzung von Gemeinschaftseinrichtungen oder Waschsalo-
nens
- zur Vorbeugung oder Beseitigung von Biofilmen
- bei häufiger oder ausschließlicher Durchführung von Niedrigtemperaturwäschen.

Hygiene im Haushalt – keine Zauberei!

**Eine wichtige Botschaft dieser Broschüre heißt:
Hygiene im Haushalt ist nach wie vor ein wichtiges Thema!**

**Die gute Nachricht lautet:
Hygiene im Haushalt lässt sich – mit Bedacht –
ganz einfach erzielen!**

In Haushalten, in denen die Hygienetipps für Küche, Bad und das Waschen konsequent umgesetzt werden, treten in aller Regel keine Hygieneprobleme auf. Denn mit dem richtigen Verhalten und durch die Auswahl der jeweils angemessenen Produkte lassen sich die Anforderungen an Reinheit und Hygiene im Haushalt problemlos meistern. In Fällen mit besonders hohen Anforderungen an die Hygiene hilft der gezielte Einsatz von Produkten mit antibakteriellem Zusatznutzen.

Abgerundet wird die moderne Haushaltshygiene durch die Wiederbelebung einiger bewährter Hygieneregeln. Dazu gehören als Wichtigste:

- Vor jedem Kontakt mit Lebensmitteln und nach jedem Toilettengang die Hände waschen
- Regelmäßig gründlich lüften
- Nasses immer sofort aufwischen
- Die Küche besonders sauber halten
- Spülbürste und -lappen in regelmäßigen Abständen erneuern
- Handtücher und Putzlappen nach Gebrauch rasch trocknen lassen. Nur wenige Tage verwenden und regelmäßig bei 60 °C waschen.

Antibakteriell:	Wirkung gegen Bakterien	Kontaminiert:	von Mikroorganismen befallen
Antimikrobiell:	Wirkung gegen Mikroorganismen (Bakterien, Pilze, Viren)	Kreuzkontamination:	Übertragung von Mikroorganismen von einer kontaminierten Oberfläche auf eine andere durch direkten Kontakt
Bakteriostatisch:	Bakterien vermehren sich nicht weiter	Pathogen:	krankheitserregend
Bakterizid:	Bakterien werden abgetötet	Sterilisierend:	Bakterien, Pilze, Viren vollständig abtötend; keimfrei machend
Biofilm:	Besiedlung fester Oberflächen durch Mikroorganismen, verbunden mit einer Schleimbildung und häufig erhöhter Widerstandsfähigkeit		
Desinfizierend:	Krankheitserreger werden deutlich und auf ein gesundheitlich ungefährliches Maß vermindert		

Impressum

Herausgeber

Industrieverband Körperpflege- und
Waschmittel e. V. (IKW)
Karlstr. 21, D-60329 Frankfurt am Main
Telefon: + 49 (69) 25 56 13 24
Telefax: + 49 (69) 25 03 45
E-Mail: info@ikw.org
<http://www.ikw.org>

Fachverband der chemischen Industrie
Österreichs (FCIO)
Berufsgruppe Waschmittel/Kosmetik
Wiedner Hauptstraße 63, A – 1045 Wien
Telefon: + 43 (0) 59 09 00 33 48
Telefax: + 43 (0) 59 09 00 280
E-Mail: gruending@fcio.wko.at
<http://www.fcio.at>

Schweizerischer Kosmetik-
und Waschmittelverband SKW
Breitingerstraße 35 / Postfach
CH – 8027 Zürich
Telefon: + 41 (0) 43 344 45 80
Telefax: + 41 (0) 43 344 45 89
E-Mail: info@skw-cds.ch
<http://www.skw-cds.ch>

Autoren

IKW-ad hoc-Arbeitsgruppe „Hygiene“

Konzept, Redaktion

Desens + Kachane + Co.
Kommunikation und Marketing GmbH
61476 Kronberg/Ts.

Gestaltung, Satz

Graphic Design Christa Herzer,
60596 Frankfurt/Main

Illustration

Tobias Borries, 63067 Offenbach/Main

Druck

Druckerei Rindt GmbH & Co. KG

1. Auflage: September 2000

2. Auflage: September 2004

Weitere Exemplare dieser Broschüre senden
die Herausgeber auf Anfrage gerne zu.

