

## Salmonellen in Eiern

Durch die vielen feinen tausend von Poren in der Eierschale kann Luft zwischen Zellinnerem und der Außenwelt ausgetauscht werden. Leider können auch Mikroorganismen wie die Salmonellen in das Ei eindringen und unsere Gesundheit schädigen.

Eier sind neben Geflügel, Fisch, Hackfleisch und anderen Fleischarten besonders häufig mit Salmonellen infiziert. Die Krankheit, welche durch Salmonellen hervorgerufen wird, heißt **Salmonellose**.

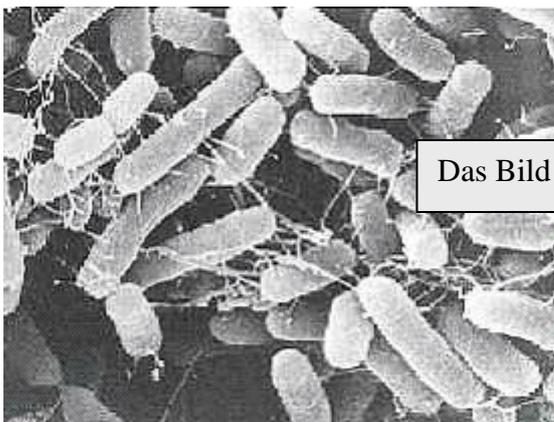
Dabei werden während der Verdauung der Nahrung im Darm Giftstoffe, sogenannte Toxine, von den Salmonellen freigesetzt. (Toxine = organische Substanzen, die im Stoffwechsel von Lebewesen wie z. B. Bakterien gebildet werden und eine schädliche oder tödliche Wirkung auf die Zellen anderer Organismen haben.)

Erste Krankheitssymptome, wie Fieber, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Durchfall, Übelkeit und Erbrechen treten zirka 12 bis 36 Stunden nach dem Nahrungsverzehr auf.

Eine Salmonelloseerkrankung dauert etwa 1- 8 Tag/e und ist schnellstmöglich meldepflichtig, da es besonders bei Alten, Kindern, Kranken und Geschwächten Personen vermehrt zu Todesfällen gekommen ist.

Trotz der Gefahr die von Salmonellen im Ei ausgehen kann, sollte man auf den Verzehr von Eiern nicht verzichten. Das Ei bietet in kompakter und preisgünstiger Form sehr viele lebensnotwendige Nährstoffe und ist darüber hinaus vielseitig verwendbar. Deshalb sollte man einige Hinweise im Umgang mit Hühnereiern beachten:

- Kaufe stets nur frische, ganze Eier und verbrauchen diese auch bald.
- Lagere die Eier stets kühl mit der Spitze nach unten zeigend, damit der Dotter eher auf dem Eiklar als auf der Luftkammer liegt.



Das Bild zeigt Salmonellen-Erreger.