

### Liebe Leserinnen und Leser,

im Juli 2022 habe ich bereits über Listerien berichtet, damals im Zusammenhang mit einem Lebensmittel-Skandal. Heute geht es um den Räucherfisch mit der unsichtbaren Gefahr.

### UNSICHTBARE GEFAHR: LISTERIEN IN RÄUCHERFISCH

Fisch sollte regelmäßig Bestandteil der Ernährung sein. Er ist eine wichtige Quelle von biologisch hochwertigem und leichtverdaulichem Eiweiß, Mineralstoffen und Vitaminen. Rohe, geräucherte und gebeizte Fischereierzeugnisse können jedoch auch krankmachende Keime enthalten, insbesondere Listerien.

Über den Verzehr verkeimter Lebensmittel kann sich der Mensch infizieren und an Listeriose erkranken. Jedes Jahr werden dem Robert Koch-Institut (RKI) Fälle von schweren invasiven Listerioseerkrankungen übermittelt. Die meisten gemeldeten Listerioseerkrankungen verlaufen schwer und gehen beispielsweise mit Blutvergiftungen, Hirnhautentzündungen oder Fehlgeburten einher. In 5% der Fälle endet die Erkrankung sogar tödlich. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, Personen mit geschwächter Immunabwehr, Schwangere und Neugeborene.

Listerien können in einer Vielzahl von Lebensmitteln pflanzlichen und tierischen Ursprungs vorkommen. Häufig belastet ist kalt- oder heißgeräucherter Fisch, der daher ebenfalls im Verdacht steht, diese Erkrankung zu übertragen. Auch andere roh verzehrte Fischerei-Erzeugnisse und Meeresfrüchte wie zum Beispiel Sushi, Sashimi und Austern oder gebeizte Erzeugnisse wie Graved Fisch können betroffen sein. Schwangere, ältere Menschen oder solche mit geschwächter Immunabwehr sollten Fisch und Meerestiere daher nur gut durcherhitzt essen.

Nicht alle Listerien verursachen Erkrankungen. Von den 20 beschriebenen Listeria-Arten ist nur Listeria monocytogenes als Infektionsursache für den Menschen von Bedeutung. Infektionen während der Schwangerschaft können zu Fehl-, Früh-, Totgeburt oder zur Geburt eines erkrankten Kindes führen. Darüber hinaus treten Listeriosen vor allem bei Menschen auf, deren Abwehrkräfte durch das hohe Alter, Vorerkrankungen oder Medikamenteneinnahme geschwächt sind. Sie erkranken häufig an Blutvergiftungen, Gehirn- oder Hirnhautentzündungen



sowie zum Beispiel an Entzündungen der Herzhinnenhaut oder bakteriellen Gelenkentzündungen. Die Listeriose ist bei Risikogruppen mit einer vergleichsweise hohen Sterblichkeit verbunden. Bei gesunden Menschen, die nicht einer der Risikogruppen angehören, kann eine Infektion zu einer fiebrigen Magen-Darm-Entzündung führen, die in der Regel mild verläuft.

Das Bakterium *L. monocytogenes* ist in der Umwelt weit verbreitet und kann in vielen Lebensmitteln vorkommen. Hohe Nachweisraten finden sich beispielsweise in Hackfleisch, rohen Fleischzubereitungen (zum Beispiel Tatar), Rohwürsten (zum Beispiel Zwiebelmettwurst) und Rohmilch. Aber auch zahlreiche andere, verzehrfertige Lebensmittel tierischen und pflanzlichen Ursprungs, die nach der Verarbeitung nicht noch einmal einer keimabtötenden Behandlung (zum Beispiel durch Erhitzen) unterzogen werden, können *L. monocytogenes* enthalten. Dazu zählen beispielsweise Käse (aus Rohmilch oder pasteurisierter Milch), vorgeschnittene Salate und Gemüse, Feinkostsalate oder geschnittene Wurstprodukte. Dies liegt daran, dass Listerien in lebensmittelherstellenden Betrieben in für Reinigung und Desinfektion nur schwer zu erreichenden Nischen lange überleben können. Dadurch kann es zu kontinuierlichen Einträgen der Keime während der Herstellung der Lebensmittel kommen.

Rohe, geräucherte oder gebeizte Fischerei-Erzeugnisse und Meeresfrüchte wie zum Beispiel Sushi, Sashimi, Austern, kalt- oder heißgeräucherter Fisch (zum Beispiel Räucherlachs) sowie gebeizter Fisch (zum Beispiel Graved Lachs) können mit Listerien belastet sein. 7 bis 18% der in Deutschland von der amtlichen Lebensmittelüberwachung in den Jahren 2007 bis 2017 untersuchten Proben von kaltgeräucherten oder gebeizten Fischerei-Erzeugnissen und 3 bis 9% der Proben von heißgeräucherten Fischereierzeugnissen enthielten *L. monocytogenes*.

Auch geringe Keimgehalte stellen eine Gefahr für Risikogruppen dar, wenn beispielsweise Produkte zuhause oberhalb der vom Hersteller empfohlenen Temperaturen gelagert oder nach Ablauf der Haltbarkeit gegessen werden. Der Umgang mit verkeimten Produkten birgt zudem die Gefahr, dass Listerien auf weitere Lebensmittel übertragen werden.

Die Stabstelle Krankenhaushygiene empfiehlt Personen mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko, deshalb nicht grundsätzlich auf Fisch zu verzichten, sondern Fisch oder Meerestiere nur gut durcherhitzt zu essen. Listerien können durch Erhitzen des Lebensmittels auf 70°C



im Kern für mindestens zwei Minuten zuverlässig abgetötet werden. Auf den Verzehr roher, geräucherter und gebeizter Fischereierzeugnisse und Meerestiere sollten Risikogruppen hingewiesen werden.

Wer sich detaillierter mit den Listerien beschäftigen möchte, dem empfehle ich das Dokument des Bundesinstituts für Risikobewertung mit dem Titel „Schutz vor Lebensmittelinfektionen mit Listerien“ (siehe unten).

Bleiben Sie gesund,  
Melanie Steinhauer und Ihr Hygieneteam



**SCHUTZ VOR LEBENSMITTELINFEKTIONEN MIT LISTERIEN**

[www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps-schutz-vor-lebensmittelinfektionen-mit-listerien.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps-schutz-vor-lebensmittelinfektionen-mit-listerien.pdf)