

Info für Zeltlagerfans

Liebe Zeltlagerfans,
Sie erleben eine Zeit in freier Natur. Je nach Ausstattung Ihres Zeltlagers nehmen Sie auch Einbußen in der alltäglichen Hygiene in Kauf. Wir möchten, dass Sie trotzdem gesund und munter bleiben. Nachstehend finden Sie Tipps zur Verhütung von übertragbaren Erkrankungen in Ihrem Zeltlager.

I. Hygienetipps rund ums Zeltlager

1. Mindestausstattung der Zeltküche

- Verwenden Sie für Trocken-Lebensmittel und zur Geschirrlagerung nur geschlossene, ab- und auswaschbare Behältnisse, die gegen Nässe und Schädlinge schützen.
- Stellen Sie die Behältnisse nicht direkt auf den Boden.
- Kühlbedürftige Lebensmittel können im Zeltlager nur aufbewahrt werden, wenn Sie über einen Kühlschrank verfügen. Kühlboxen mit Kühlelementen sind nicht in der Lage, eine Lagertemperatur von unter 10 Grad Celsius längere Zeit aufrecht zu erhalten. Wenn Sie keinen Kühlschrank haben, sollten sie kühlbedürftige Lebensmittel täglich frisch kaufen und sofort verbrauchen.
- Handtücher und Spüllappen müssen täglich gewechselt oder täglich ausgekocht werden. Lassen Sie nasse Spültücher und Spüllappen nicht aufeinander liegen, sondern hängen sie auf zum Trocknen. Nehmen Sie also ausreichend Vorrat an Lappen und Tüchern mit.
- Oberflächen, auf denen Lebensmittel vorbereitet werden, müssen abwaschbar sein. Rohes Holz hat eine offene, poröse Oberfläche, auf der sich Keime festsetzen können. Es eignet sich also nicht als Arbeitsfläche. Billig ist eine allerdings intakte Wachstuchbedeckung oder auch Folie, die jedoch nicht so stabil ist.
- Achten Sie bei der Auswahl der Küchengerätschaften darauf, dass sie leicht zu reinigen sind.
- Der Koch- und der Spülbereich sollten im Stehbereich mit Paletten bedeckt sein, damit keine Matschcke entsteht.

2. Umgang mit leicht verderblichen Lebensmitteln

Lebensmittel können infolge ihres Gehalts an krankmachenden Keimen Quelle von Infektionen sein. Darüber hinaus gibt es besonders leicht verderbliche Lebensmittel, deren Verarbeitung deshalb ganz besondere Sorgfalt benötigt.

Lebensmittel als Infektionsquelle:

Folgende leicht verderbliche Lebensmittel können im Rohzustand krankmachende Keime enthalten:

Eier

Geflügel

Fleisch, insbesondere Hackfleisch

Rohmilch

Insbesondere **Hackfleisch oder geschnetztes** Fleisch **muss** sofort verarbeitet werden. Lassen Sie solches Fleisch nicht mehrere Stunden liegen, sondern

Anlage 5 zur Handreichung zum IfSG

verarbeiten Sie es sofort. Planen Sie Ihren Einkauf so, dass die sofortige Verarbeitung möglich ist.

Eier können Salmonellen enthalten, die häufig auf der Eischale sind. Aber auch im Inneren des Eis können Salmonellen vorkommen.

Wenn Sie Eierspeisen machen, achten Sie darauf, dass die Eimasse durcherhitzt ist. Wenn Sie Eier aufgeschlagen haben, müssen die Schalen schnell entsorgt werden. Am besten werden die Eischalen in einer Schüssel gesammelt und dann sofort entsorgt. Waschen Sie die Hände sorgfältig nach dieser Tätigkeit und reinigen Sie auch die Schüssel, die die Eischalen enthalten hat.

Von der Verwendung von **Rohmilch** im Zeltlager wird unbedingt abgeraten. Rohmilch kann Krankheitserreger enthalten, die gefährliche Erkrankungen auslösen können (z.B. EHEC-Bakterien). Sie darf nicht ohne Abkochen abgegeben werden. Unter den Bedingungen der Zeltlager kann Rohmilch nicht ausreichend hygienisch behandelt werden. Wenn Sie pasteurisierte Frischmilch verwenden, **muss** diese gekühlt werden (Kühlschrank), anderenfalls bietet sich H-Milch an, die in geschlossener Packung nicht kühlbedürftig ist.

Trinkwasser

Die Versorgung mit sauberem Trinkwasser ist eine der wichtigsten hygienischen Maßnahmen in einem Zeltlager. Seien Sie deshalb hier besonders pingelig.

- In der Regel gibt es keine Wasserleitung zum Zeltlager. Sie müssen also Trinkwasser in Behältnissen lagern.
- Wenn Sie eigene Behältnisse haben, achten Sie darauf, dass sie zur Aufbewahrung von Trinkwasser taugen. Aus dem Behältnis dürfen keine Stoffe ins Trinkwasser übergehen. Verwenden Sie nur saubere Behältnisse.
- Trinkwasser keimt beim Stehen in Behältnissen auf. Grundsätzlich sollte dem Wasser in Behältnissen ein Desinfektionsmittel zur Trinkwasserentkeimung zugesetzt werden. Damit werden die Aufkeimung und der Verlust der Trinkwasserqualität verhindert. Ihr Gesundheitsamt berät Sie über die Möglichkeiten hierzu.
- Die Behältnisse müssen täglich neu befüllt werden. Achten Sie darauf, dass der Trinkwasservorrat nicht in der Sonne steht. Steht kein Schatten zur Verfügung kann auch mit Zeltplanen schattiert werden.
- Vor der Trinkwasserzapfstelle darf es keine Matschstelle geben. Legen Sie besser Paletten davor. Der Zapfschlauch darf nicht zu lang sein. Er darf insbesondere nicht am Boden liegen oder diesen berühren!

3. Persönliche Hygiene

Nach jedem Toilettenbesuch, vor der Zubereitung von Lebensmitteln, zwischen der Zubereitung von Lebensmitteln verschiedener Herkunft (Gemüse, Fleisch, Milchprodukte, Eier) müssen die Hände sorgfältig gewaschen werden. Das heißt, dass sowohl in unmittelbarer Nähe der Toilettenanlage ein Wasserfass mit Hahn, Seifenspender und Handtuchspender stehen muss, als auch in der Zeltküche. Vor allem in der Küche darf **kein Gemeinschaftshandtuch** verwendet werden. Selbstverständlich sollte Ihr „Küchenpersonal“, saubere Kleidung oder eine Schürze anhaben.

4. Waschplatz

- am Waschplatz muss der Abfluss des Schmutzwassers geregelt sein. Versickerung oder Ableitung in ein Gewässer ist nicht erlaubt. Sinnvoll ist es, das Abwasser aus dem Waschplatz direkt in die Grube der Toilettenanlage zu leiten.
- Am Waschplatz sollten Roste gelegt sein. Wenn Holzpaletten verwendet werden, ist auf Rutschfestigkeit zu achten.
- **Abwasser aus der Küche gehört ebenso in die Toilettengrube. Es darf weder versickert werden noch in ein Gewässer eingeleitet werden.**

5. Toilettenanlage

Sie finden auf Ihrem Zeltlagerplatz eine einfache Toilettenanlage vor, in der Regel über einer geschlossenen Fäkaliengrube. Da sie von vielen Menschen aufgesucht wird, kann sie bei unzureichender Reinigung Quelle von Infektionen sein. Halten Sie Ihre Toilettenanlage peinlich sauber, d.h. mindestens täglich 1-2 mal ist eine Reinigung erforderlich.

6. Abfallbeseitigung

- sämtliche Müllbehältnisse müssen fest verschlossen sein und an einem schattigen Platz stehen. Achten Sie insbesondere bei Müllbehältnissen, die Lebensmittelreste enthalten, auf geschlossene Deckel. Sie haben sonst sofort eine Fliegen-, Maden- und insbesondere eine Wespenplage. Fliegen können Krankheitserreger weiter tragen.
- Trennen Sie den Müll. Der Zeltlagervermieter weist sie in die örtlichen Regelungen ein. Insbesondere lebensmittelhaltiger Müll muss regelmäßig abtransportiert werden (mindestens 2x wöchentlich)
- Vermeiden sie herumliegende Lebensmittelreste, die auf den Boden gefallen sind. Sie haben sonst sofort eine Nagetierplage.

II. Was tun bei Infektionskrankheiten:

Die häufigsten Infektionskrankheiten in einem Zeltlager sind **Magen-Darminfektionen**.

Denken Sie grundsätzlich beim Auftreten von Erbrechen und/oder Durchfall bei mehreren Zeltlagerbesuchern gleichzeitig oder in engem Abstand an eine infektiöse Ursache. Suchen Sie sofort den Arzt auf. Informieren Sie das Gesundheitsamt immer dann, wenn der Verdacht auf eine infektiöse Ursache besteht. Das Gesundheitsamt kann Ihnen helfen, die Ursache zu finden und die Weiterverbreitung der Erkrankung zu verhindern.

Erkrankungen mit Fieber:

Auf eine Erkrankung wollen wir Sie besonders hinweisen. Wenn bei einem Ihrer Betreuten hohes Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, Schüttelfrost und Bewusstseinseintrübung vorliegen, könnte es sich um eine Hirnhautentzündung handeln. Warten Sie in diesem Fall nicht, holen Sie sofort, auch nachts einen Arzt. Je schneller die Diagnose gestellt ist und behandelt wird, umso besser ist die Prognose.

Weitere Erkrankungen:

Zeckenübertragene Erkrankungen wie etwa Borreliose und FSME

Schutz vor Zecken bietet das Tragen von langen Hosen und geschlossenen Schuhen. Nicht bedeckte Körperpartien können mit einem Insektenrepellent eingerieben werden, dieses wirkt für einige Stunden. Grundsätzlich sollten Sie nach Ausflügen in unterholzreiche Wälder die Haut ihrer Kinder ansehen. Je früher eine Zecke entfernt wird, desto weniger besteht Infektionsgefahr für die Borreliose. Die Frage der Impfindikation sollte vom Hausarzt geklärt werden.

Fuchsbandwurm:

Füchse sind in Süddeutschland häufig mit Fuchsbandwurm infiziert. Der Mensch ist beim Fuchsbandwurm ein Fehlwirt und es kommt glücklicherweise nur in den seltensten Fällen zu einer Infektion. Wenn es aber zu einer Erkrankung infolge einer Infektion kommt, so hat diese schwer wiegende Folgen. Fuchsbandwurmeier werden mit dem Stuhl des Fuchses ausgeschieden und gelangen z.B. auf den Waldboden oder auf Waldbeeren. Fordern Sie am besten Ihre Zeltlagerfans auf, keine rohen Waldbeeren zu verzehren bzw. sich nach Verschmutzung der Hände mit Waldboden die Hände zu waschen.

Insektenstiche:

Diese sind in Zeltlagern häufig. Neben Schnakenstichen kommen vor allem Wespenstiche vor. Wespen halten sich besonders gerne in der Nähe von süßen Getränken auf. Achten Sie darauf, dass keine süßen Getränke offen stehen oder verschüttet werden. Wespenstiche im Mund oder in den Hals erfordern sofortige ärztliche Behandlung. Klären Sie vor der Planung des Zeltlagers ab, ob Jugendliche eine Allergie gegen Wespenstiche oder Bienenstiche haben. Diese Jugendlichen sollten Notfallmedikamente immer bei sich haben.

Verletzungen

Verletzungen sind alltäglich. Neben Prellungen, Hautabschürfungen kommen vor allem Schnittverletzungen vor.

Sicher haben Sie ausreichend Verbandmaterial mitgenommen. Ihre Jugendlichen sollten grundsätzlich vor Antritt des Zeltlagers gegen Tetanus geimpft sein.

III. Baden in Flüssen:

Flüsse sind in aller Regel abwasserbelastet und sind als Badegewässer nicht geeignet. Es kann sein, dass wegen bakterieller Verunreinigung ein Badeverbot erlassen werden musste. Fragen Sie deshalb immer beim zuständigen Gesundheitsamt nach, ob im Bereich des Zeltlagers ein Badeverbot besteht. Nehmen Sie dies ernst, es ist begründet. Flüsse sind auch keine geeigneten „Kühlschränke,“ für Lebensmittel und Getränke.

Übrigens, Ihr Gesundheitsamt weiß auch, welche Seen und Baggerseen die beste Wasserqualität haben.

Anlage 5 zur Handreichung zum IfSG

Zum Schluss wünschen wir Ihnen, dass Ihr Zeltlager ein voller Erfolg wird, Sie von Krankheit und Unfällen verschont bleiben und wieder gesund heimkehren können. Wenn Sie noch Fragen haben, können Sie sich gerne an Ihr Gesundheitsamt wenden.