



## Die unterschätzte Keimschleuder: Schimmel im Kühlschrank!

Als baubiologische Sachverständige sind wir täglich mit dem Thema Schimmelpilzbildung in Gebäuden und wie man diese nachhaltig beseitigt beschäftigt. Natürlich ist der sorgfältige Umgang mit einer Schimmelpilzbildung und vor allem die nachhaltige Beseitigung wichtig, was viele jedoch nicht bedenken: viele Keime tummeln sich auch in anderen Ecken im Haushalt, allen voran im Kühlschrank! In jedem Quadratzentimeter des kühlen Schrankes leben mehr als 10 Millionen Keime! Und das sind nicht nur Schimmelpilze, sondern auch Darmbakterien und andere lästige Keime, die dem Organismus schwächen können.

Unbehandelte Bio-Lebensmittel neigen naturgemäß zu stärkerer Schimmel- oder Keimbildung, das fällt uns selbst immer wieder auf. Damit diese vitalen Lebensmittel auch für den Darm gesund bleiben, muss einfach umso häufiger der Kühlschrank gesäubert werden.

Aber nicht nur frische, unverpackte Lebensmittel bilden eine Keimbelastung. Manchmal reift ein verpackter Käse allzu lange vor sich hin oder Obst wird einfach in einer Tüte vergessen. Und so können sich trotz Verpackung Sporen und Bakterien verbreiten.

Daher sollte spätestens alle 8 Wochen, je nach gelagerter Frischware, der Kühlschrank im Inneren ausgewischt werden. Hierzu reicht es, mit Natronlauge gründlich über alle Flächen zu gehen und mit sauberem Wasser nach zu wischen. Bei der Gelegenheit kann man alle Vorräte einmal durchschauen, ob sie noch frisch sind und evt. das Eisfach abtauen.

Was viele nicht ahnen: die größte Keimschleuder befindet sich jedoch auf der Rückseite: es ist die Schale, in die das verkeimte Kondenswasser aus der Abtropfrinne tropft. Dieser Auffangbehälter befindet sich auf der Rückseite des Kühlschranks. Leider sind die meisten Kühlschränke mittlerweile eingebaut, so dass es sehr umständlich ist, an die Rückseite zu kommen. Doch man sollte es unbedingt tun!

Geben Sie daher regelmässig einen Schuss Essig-Essenz in die Abtropfrinne und putzen Sie das Ablaufloch mit Ohrenstäbchen mehrmals vorsichtig aus. Wenigstens 1-2 mal im Jahr sollte dann die Abtropfschale auf der Rückseite gründlich gesäubert werden, denn diese schleudert immer wieder die Keime zurück in den Kühlschrank. Hier am besten auch Essig-Essenz nehmen.

Wenn Sie die Temperatur dann noch zwischen 4-8 Grad einstellen, werden die meisten Bakterien in Schach gehalten, daher ist es wichtig, immer mal wieder die Temperatur zu überprüfen.

So können Sie relativ beruhigt sein, dass sich die Keime in Schach halten!

Ein frohes Sauberhalten wünschen Ihnen  
Die Baubiologen Hamburg

Bornkampsweg 40  
22926 Ahrensburg  
Tel: 040 / 3990 3634  
Tel: 04102 / 9821 824  
Fax: 040 / 4309 4554

www.die-baubiologen-hamburg.de  
info@die-baubiologen-hamburg.de

Mitglied im  
- Berufsverband Deutscher Baubiologen VDB  
- Verband Baubiologie VB  
- Regionalverband Umweltberatung Nord R.U.N.

### FRAGE + ANTWORT



#### Aktuelle Frage zum Thema Hygiene im Haushalt

*Worauf sollte ich in einem gesunden Haushalt achten, damit ich Keimschleudern vermeide?*

#### Unsere Antwort:

*Überall da, wo ein feuchtes Milieu besteht, kann sich Schimmelpilz bilden. Wo es dauerhaft nass ist, kommt es zusätzlich zu Hefepilz- und Bakterienwachstum.*

*Regelmässig sollten daher folgende Stellen und Gegenstände kontrolliert, gesäubert und ggfls. ausgetauscht werden:*

- +Erde an Zimmerpflanzen
- +Biomüll-Behälter
- +Waschmittelfach der Waschmaschine
- +Ablaufrinne im Kühlschrank
- +Abtropfschale auf der Rückseite des Kühlschranks
- +Salzfach und Sieb in der Spülmaschine
- +Filter in Trinkwasseraufbereitungen
- +Filter in Lüftungsanlagen
- +Duschköpfe, Armaturen und Siphons von Waschbecken und Wannen
- +Zahnhygiene: Bürsten und Behälter
- +Wcs

*Als Hygienemittel reichen vollkommen:*

- +Essigreiniger und Essig-Essenz
- +Natronlauge
- +„Grüne Seife“
- +Kochendes Wasser (nicht bei Kunststoffen!)