

## **Unsichtbare Keime: Trinkflaschen regelmäßig reinigen**

**Wiesbaden, 28. Juli 2020. Strahlender Sonnenschein und sommerliche Temperaturen: Da ist Trinken besonders wichtig. Wer wiederverwendbare Trinkflaschen nutzt, sollte diese jedoch unbedingt regelmäßig gründlich reinigen. Sie werden sonst schnell zu Keimschleudern, warnt das Infocenter der R+V Versicherung.**

### **Bakterien vor allem an Mundstücken**

Ob am Strand, beim Radeln oder beim Wandern: Die praktischen auffüllbaren Trinkflaschen aus Kunststoff, Glas oder Edelstahl sind deutlich umweltfreundlicher als Einwegflaschen. Doch in Getränkeresten können aus wenigen Bakterien mit der Zeit Millionen werden – insbesondere, wenn zuckerhaltige Getränke in der Flasche waren. Und auch an den Mundstücken siedeln sich schnell viele Bakterien an. „Es reicht nicht aus, die Flaschen einfach mit warmem Wasser auszuspülen“, sagt Friederike Kaiser, Beratungsärztin bei der R+V Krankenversicherung. „Sie sollten möglichst nach jedem Gebrauch mit heißem Wasser und Spülmittel gesäubert werden. Außerdem ist es empfehlenswert, zur Reinigung eine Bürste einzusetzen, um Bakterienfilme oder Anhaftungen der Getränke zu beseitigen.“

### **Erreger können Durchfall verursachen**

Besonders anfällig für Bakterien sind ältere Kunststoffflaschen, bei denen das Material aufgeraut ist. In ihren feinen Rissen können sich Bakterien sammeln und vermehren. Ein Tummelplatz für Krankheitserreger sind auch die Stellen, die direkt mit dem Mund in Berührung kommen – beispielsweise Trinkaufsätze und der Übergang zwischen Flaschenhals und Flaschenbauch. Im schlimmsten Fall können die Erreger Durchfall, Erbrechen, Bauch- und Kopfschmerzen verursachen. „Besonders tückisch ist, dass die unerwünschten Bakterien unsichtbar, geruch- und geschmacklos sein können“, so R+V-Expertin Kaiser.

---

Das R+V-Infocenter ist eine Initiative der R+V Versicherung in Wiesbaden. In Zusammenarbeit mit Sicherheitsexperten informiert das R+V-Infocenter die Öffentlichkeit regelmäßig über Themen rund um Sicherheit und Vorsorge.

Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an:  
Arts & Others, Anja Kassubek, Daimlerstraße 12, 61352 Bad Homburg,  
Tel. 06172 9022131, E-Mail: [a.kassubek@arts-others.de](mailto:a.kassubek@arts-others.de)

**Weitere Tipps des R+V-Infocenters:**

- Sicher und bequem lassen sich die Flaschen und Trinkaufsätze in der Spülmaschine reinigen. Doch Vorsicht: Nicht alle Flaschen sind spülmaschinenfest. Die Gebrauchsanleitung der Getränkeflaschen gibt Auskunft darüber, welche Reinigungsarten geeignet sind.
- Für manche Flaschen gibt es spezielle Reinigungstabletten, die hartnäckigen Schmutz entfernen können. Ähnlich wirkt in Wasser aufgelöstes Backpulver.
- Die gesäuberten Flaschen immer austrocknen lassen und offen aufbewahren.
- Lässt sich ein hartnäckiger Belag nicht mehr entfernen, hilft meist nur noch eines: Die Flasche wegwerfen.

---

Das R+V-Infocenter ist eine Initiative der R+V Versicherung in Wiesbaden. In Zusammenarbeit mit Sicherheitsexperten informiert das R+V-Infocenter die Öffentlichkeit regelmäßig über Themen rund um Sicherheit und Vorsorge.

Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an:  
Arts & Others, Anja Kassubek, Daimlerstraße 12, 61352 Bad Homburg,  
Tel. 06172 9022131, E-Mail: [a.kassubek@arts-others.de](mailto:a.kassubek@arts-others.de)

[www.infocenter.ruv.de](http://www.infocenter.ruv.de), [@ruv\\_news](https://twitter.com/ruv_news)