

Gesundheitsgefährdende Erreger in Sportler-Trinkflaschen

Sportler-Trinkflaschen aus Kunststoff sind bei mangelhafter Reinigung ein Hort für Keimkolonien, so die Hamburger Männer Lifestylezeitschrift „Men's Health“.

Das Magazin hat bei Stichproben in einem Milliliter des enthaltenen Getränks bis zu 100.000 Keimkolonien gefunden, die Trinkwasserverordnung toleriere maximal 100 Kolonien.

Unappetitlich war auch das Untersuchungsergebnis der Flaschen-Innenwände: Von 15 Sportflaschen der Besucher eines Hamburger Fitness-Studios waren sieben mit mehr als 300 keimbildenden Einheiten behaftet. Nur drei waren einwandfrei sauber.

„Gründliche Reinigung nach jedem Gebrauch ist äußerst wichtig, und zwar richtig heiß“, empfiehlt der Hygieneexperte Holger Brill. „Bei Temperaturen unter 50 Grad bleiben zahlreiche Keime am Leben.“

Nach dem Waschen soll man die Plastikflaschen offen trocknen lassen. Behälter aus Aluminium seien pflegeleichter, auf dem Metall fänden Bakterien weniger Halt.

