



## Salami in der Schwangerschaft

Sie lieben Salami? Sind Sie schwanger, müssen Sie nicht unbedingt auf Ihre Lieblingswurst verzichten. Allerdings sollten Sie bezüglich des Genusses von **Salami in der Schwangerschaft** doch einige Überlegungen anstellen.

Salami ist eine sogenannte Rohwurst wie Mettwurst und Schinken. Rohe oder halb gegarte **Lebensmittel** (wie auch Sushi, blutige Steaks, Beef Tatar) können Krankheitserreger enthalten, die dem ungeborenen Kind schweren Schaden zufügen. Bei dem Genuss von **Salami in der Schwangerschaft** ist der Kontakt mit Toxoplasrose-Erregern möglich, selten können auch Listerien vorhanden sein.

### Salami in der Schwangerschaft: Gefahr durch Toxoplasrose-Erreger

Die meisten Frauen haben irgendwann während ihrer Kindheit bereits unbemerkt Bekanntschaft mit Toxoplasrose-Erregern gemacht und Antikörper gebildet. Um sicher zu gehen, sollten Sie am Beginn der **Schwangerschaft** vom Arzt Ihren Toxoplasrose-Titer bestimmen lassen. Für das Ungeborene ist eine akute **Toxoplasrose** sehr gefährlich. Die Erreger können auf das Kind übergehen, schwere Schäden verursachen und ein gestörtes Immunsystem zur Folge haben.

### Listerieninfektion durch Genuss von Salami in der Schwangerschaft?

Auch für den Kontakt mit Listerien gilt: Für die Mutter ist die Infektion ungefährlich, für das Kind aber möglicherweise lebensbedrohlich. Listerien können eine Frühgeburt oder schwere Schädigungen beim Ungeborenen verursachen. Sogar der Tod des Kindes im Mutterleib kann durch Listerien ausgelöst werden.

Verzichten Sie daher während der **Schwangerschaft** auf den Genuss von **Salami** und rohen Wurstprodukten. Sind Sie im Zweifel, ob Sie ein Lebensmittel essen dürfen, wählen Sie lieber eine Alternative oder besprechen Sie das Thema mit Ihrem Arzt. Nach Ihrer Schwangerschaft können Sie getrost wieder so viel Salami essen, wie Sie wollen!

Autor: Redaktion / Sabine

## Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ Gefährliche Lebensmittel in der Schwangerschaft
- ▶ Roher Fisch in der Schwangerschaft
- ▶ Tee in der Schwangerschaft

[zum Artikel Salami in der Schwangerschaft](#)