

H. Wittgens, Frankfurt
 J. F. Scholz, Stuttgart
 P. Rosenberger, Düsseldorf

Aktuelle ärztliche Berufskunde

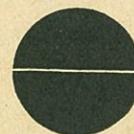
Arbeitsmedizinische Berufsbilder
 aller wichtigen Lehr- und Anlernberufe

Mitautoren:

H. van Beek, Düsseldorf
 P. Hülsmann, Kiel
 H. Petry, Nürnberg
 J. Reinhardt, Hannover
 H. Schiller, Stuttgart

Sachverständige Berater:

W. Boll, Heidelberg
 W. Gercke, Stuttgart
 F. Molle, Bonn
 K. Pardun, Nürnberg
 F. Schwarze, Berlin



17

Der Koch, die Köchin (Bkl. 3771)

Von P. Hülsmann

Wesen des Berufes

1.1 Die Beschaffung und Zubereitung der täglichen Nahrung ist ein elementares Bedürfnis menschlichen Lebens. Unter der Nahrungsmittelherstellung ist die Kochkunst eine der ältesten menschlichen Fertigkeiten überhaupt. Sie hat sich zu einem umfangreichen Arbeitsgebiet entwickelt.

Die richtige Zubereitung unserer Mahlzeiten war und ist immer von großer Wichtigkeit. Verwöhnte Feinschmecker wünschen köstlich zubereitete Speisen. Gleichzeitig soll die zubereitete Speise bekömmlich sein. Die Arbeit des Kochs bzw. der Köchin dient auch in hohem Maße der Erhaltung der Gesundheit großer Bevölkerungskreise.

1.2 Die gute Konjunkturlage im Hotel- und Gaststättengewerbe mit über 40000 Unternehmen schafft günstige Beschäftigungsmöglichkeiten für Köche und Köchinnen. Die Entwicklung im berufsnahen Sektor der Nahrungsmittelkonservierung und -verarbeitung zu Halbfertigfabrikaten hat einige Teilverrichtungen im Zubereiten der Speisen vereinfacht. Die Mechanisierung der Kücheneinrichtungen hat die Bedienung und Pflege von Küchengeräten und -maschinen gewandelt. An den Grundlagen und Grundfertigkeiten des Berufs hat sich dadurch nichts Wesentliches geändert.

1.3 Zur Zeit der letzten Berufszählung im Jahre 1961 gab es in der BRD 33000 Köche und 45000 Köchinnen (davon 11000 verheiratet). Hier nicht eingeordnet sind Berufstätige in Küchen, die nur Hilfstätigkeiten beim Zubereiten der Speisen oder Reinigen des Geschirrs verrichten, z. B. Küchenmädchen oder Schälfräule.

Die Zahl der Ausbildungsstellen in den letzten 16 Jahren nahm zu für Köche von 1138 auf 5696 und für Köchinnen von 1383 auf 1463 Stellen. Im Jahre 1966/67 wurden 5048 Ausbildungsstellen für Köche und 980 für Köchinnen besetzt. Die expansive Berufsnachwuchsentwicklung der Köche verdrängt den Nachwuchs der Köchinnen. Ein Teil des weiblichen Küchennachwuchses strebt in den gehobenen, sich ebenfalls ausweitenden Beruf der Diätassistentin (Bkl. 8155).

In den Hotels, Pensionen und Gasthöfen der BRD ist in den letzten 4 Jahren der Verpflegungsumsatz von 100 auf 125 gestiegen. Eine Ausweitung der gewerblichen Speisenzubereitung ist also unverkennbar. Sie allein erklärt aber nicht die noch stärkere Zunahme des Nachwuchses der Köche. Viele Gründe sprechen für einen Wandel des Berufsbildes unter den Nahrungsmittelherstellern. Die Nachwuchsrestriktion der Bäcker, Konditoren und Fleischer ist stärker als die Expansion des Berufsnachwuchses der Köche.

2.1 Abgeschlossene Volksschulbildung ist eine Grundvoraussetzung, um den Beruf ergreifen zu können. Mittlere Reife schafft Möglichkeiten für Aufstiegsberufe. Fremdsprachliche Kenntnisse in französisch sind im Berufe förderlich.

2.2 Die Lehrzeit des Kochs und der Köchin dauert 3 Jahre. Während der Lehrzeit erhält der Lehrling eine Erziehungsbeihilfe sowie im allgemeinen Kost und Wohnung im Betrieb. Die Lehrlingsausbildung erstreckt sich auf 5 Bereiche:

- Lagerung und Verarbeitung der Lebensmittel und Rohstoffe
- Herstellungsarten der Speisen
- kaufmännische Küchenrechnung und Kalkulation
- Gestaltung von Speisekarten und Verkaufspreisen
- Pflege und Instandhaltung der Küchengeräte und -maschinen.

In einigen Ländern entfällt der wöchentliche Besuch der Berufsschule. Stattdessen werden die Lehrlinge einmal im Jahr für 6 bis 8 Wochen in die Gebietsschule des Hotel- und Gaststättengewerbes einberufen. Jeder Schulabschnitt schließt mit einer Zwischenprüfung ab. Auch die theoretische Lehrabschlussprüfung wird am Ende des Schulbesuchs im 3. Lehrjahr durchgeführt. Die praktische Lehrabschlussprüfung wird vor der zuständigen Industrie- und Handelskammer abgelegt.

An den Beginn oder an das Ende der Lehrzeit kann ein einjähriger Besuch einer Hotelfachschule gelegt werden. Der Besuch wird auf die Lehrzeit angerechnet! Der Lehrplan umfaßt Theorie und Praxis in Küche, Keller, Restaurant, Service, Betriebs- und Empfangsbüro und Zusammenarbeit mit Reisebüros. Betriebswirtschaftliche, rechtliche Fächer, Fremdsprachen, Stenografie und Maschinenschriften gehören ebenso zum Berufsschullehrstoff wie Tafel- und Getränkekunde. Der Besuch der Hotelfachschule vor Antritt der Lehre bietet arbeitsmedizinisch Vorteile, weil der Lehrling in reiferem Alter in einen Hotel- und Gaststättenbetrieb eintritt.

3.1 Um Speisen zum Zwecke des Verzehrs in Hotels, Gaststätten, Casinos, Speisewagen, Speisräumen, auf Schiffen und anderen Einrichtungen zuzubereiten, werden folgende Tätigkeitsmerkmale unterschieden:

- Lebens-, Nahrungs-, Genußmittel, Speisezutaten und Bedarfsartikel werden eingekauft oder der Einkauf veranlaßt. Eingekaufte Ware wird auf Güte und Menge überprüft.

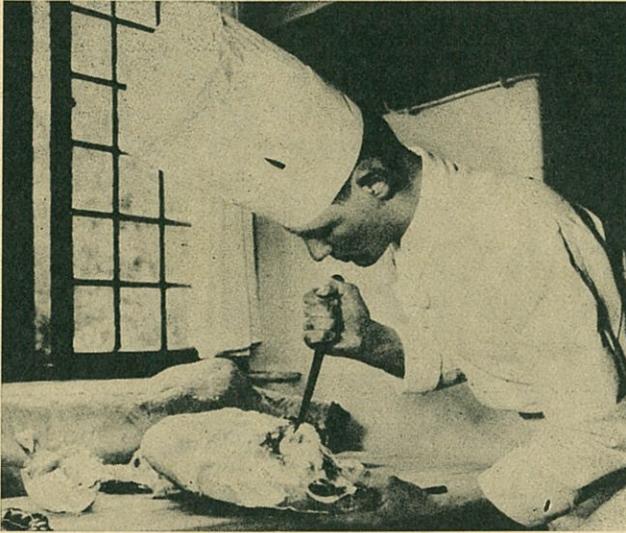


Abb. 1 Zerlegen von Fleisch.

- Lebens- und Nahrungsmittel werden geputzt, zugerichtet und vorbereitet für das Zubereiten von Speisen (Abb. 1: Zerlegen von Fleisch).
- Fleisch, Fisch, Gemüse, Obst oder andere Nahrungsmittel werden durch Kochen, Braten, Grillen, Rösten oder Dünsten verarbeitet. Die Speisen werden gewürzt und abgeschmeckt (Abb. 2). Saucen, Salate und Süßspeisen werden zubereitet, in Portionen eingeteilt und die Speisen auf Tellern oder Tablett garniert. Kalte Speisen werden zubereitet.

3.2 Nahrungsmittel sind zu verarbeitende Naturprodukte; sie werden überwiegend ihres Nährwertes wegen verzehrt.

- Lebensmittel werden häufig im unverarbeiteten Zustand für den Verzehr zubereitet; sie enthalten Vitalstoffe, die dem Aufbau der Hormone und Enzyme im Organismus dienen.
- Viktualien (veraltet) sind verderbliche Lebensmittel; sie müssen unmittelbar dem Verzehr zugeführt werden.
- Genußmittel sind den Appetit anregende oder die Stimmung belebende Produkte. Dieser Eigenschaften wegen werden sie zur Zubereitung von Speisen verwendet. Außer den Getränken Kaffee, Tee, Spirituosen werden insbesondere die Gewürze den Genußmitteln zugerechnet.

3.3 Vorbereitende Verfahren zur Speisenherstellung sind das Zerlegen und Aufbewahren von Schlachtfleisch (Abb. 1), Schlachten von Fischen, Zerlegen in Portionen, das Putzen von Gemüse und Schälen von Kartoffeln (vorzugsweise Aufgabe von Hilfskräften), Vorratshaltung und Einmachen.

Zubereitende Verfahren sind Kochen, Schmoren, Braten, Rösten, Backen, Grillen der Vor-, Haupt- und Nachgerichte, der Saucen und Beigaben, Zugabe von Gewürzen und Abschmecken (Abb. 2) sowie das Herstellen von Gebäck.

Zum Anrichten gehört das Zusammenstellen der Gerichte auf Platten oder Tellern und das Garnieren mit kleinen Beilagen.

In größeren Betrieben mit »Küchenbrigaden« sind die Arbeitsverfahren auf einzelne Personen genau verteilt. Dem Küchenchef obliegt die gesamte Küchenführung, die Zusammenstellung der Speisekarte, das Zusammenstellen von Menüs und der Einkauf der Waren. Er bereitet die Schmorgerichte zu und ist zugleich der Saucier (Saucenkoch).

Der Rotisseur (Bratenkoch) bereitet alle Braten, Pfannen- und Fischgerichte. Der Entremetier (Beilagenkoch), oft eine Köchin, bereitet sämtliche Beilagen, Eierspeisen, Teiggerichte und Suppen zu. Der Gardemanger (Kaltmamsell), meist eine Köchin, stellt die Vorspeisen (hors d'œuvres), Salate und andere Kaltgerichte her. Süßspeisen und Gebäck gehören zum Aufgabengebiet des Pâtissier (Küchenkonditor).

Bei allen Verfahren wird die vielgestaltige Kücheneinrichtung aus Geräten, Maschinen, Kohle-, Gas- oder Elektroherden, Grill-, Back- und Röstgeräten benutzt.

Die berufliche Beanspruchung

4.1 Der Kalorienverbrauch streut zwischen 3000 und 3600 kcal. Die energetische Belastung ist also mittelschwer.

4.2 Hohe Temperaturen in Verbindung mit hoher Luftfeuchtigkeit und verlängerter Arbeitszeit bis Mitternacht sind unter überwiegend statischer Arbeitsform begünstigende Faktoren für vorzeitige Ermüdung.

4.3 Wärmestauung mit Schwindel, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Vergeßlichkeit, erhöhter affektiver Reizbarkeit einerseits, Brand-, Schnittverletzungen andererseits sind die häufigsten Gesundheitsgefährdungen. In Spülküchen kommen Ekzeme der Hände oft beim Hilfspersonal vor. Spezielle Berufgefährdungen sind Zoonosen als Infektionskrankheiten oder parasitäre Krankheiten durch Fleisch und Fisch.

Die Arbeitsfähigkeit ist gefährdet durch statische Beschwerden infolge langen Stehens und häufigen Tragens mit schwerem Inhalt gefüllter Gefäße von Hand. Wechsel zwischen dem Platz am heißen Herd und kühlen Räumen begünstigt Erkältungskrankheiten. Das Kosten heißer Speisen und Trinken kalter Getränke wegen der Hitzebelastung begünstigt Erkrankungen der Verdauungswege.

4.4 Fettleibigkeit ist berufstypisch. Erhöhte Berufsterblichkeit oder erhöhtes Berufsunfähigkeitsrisiko ist nicht bekannt.

5. Das umfangreiche, sehr vielseitige Arbeitsgebiet erfordert Umsicht, ruhiges Verhalten, schnelle Auffassungsgabe, gutes Rechnen, charakterliche Festigkeit sowie Sauberkeit bei der Arbeit und eigenen Körperpflege.

6.1 Es gibt Bauvorschriften für die Küchen-, Vorrats-, Spül-, Umkleide-, Wasch-, Dusch- und Toilettenräume. Die Klimaregelung ohne Zugluft ist wichtig. Abzugshauben über den Herden, die einen leichten Unterdruck in der Küche erzeugen, haben sich bewährt. Sie beseitigen auch das Schweißwasser. Die Höchsttemperatur soll 25° C nicht überschreiten.

6.2 Kohlen-, Gas- und Elektroherde sind heute üblich. Küchenbestecke, Küchengeschirre, Küchengeräte sind vielfältig und reichlich. Jährlich kommen neue Geräte auf den Markt.

6.3 Nahrungs-, Lebens- und Genußmittel sind entsprechend ihren Eigenschaften und Qualitätsunterschieden für die Zubereitung von Speisen zu verwenden und zu verarbeiten.

6.4 Statische Arbeit bei stehender Körperhaltung überwiegt. Sie wird gelegentlich durch Umhergehen unterbrochen. Transportarbeit mit den Händen bei ungünstiger Körperstatik ist häufig. Sitzgelegenheit ist bei wenigen Verrichtungen und vorkommenden Arbeitspausen vorhanden.

6.5 Verlängerte Arbeitszeit bis 24 Uhr sowie Sonn- und Feiertagsarbeit sind üblich. Wöchentlich einmal 24 Stunden Ruhezeit soll gewährt werden. In Bade-, Kur- und Saisonbetrieben kann die Freizeit an das Ende der Saison gelegt

werden. Meist wird in Saisonbetrieben einmal wöchentlich $\frac{1}{2}$ Ruhetag gewährt. Für jugendliche und weibliche Kräfte gelten begünstigende Sonderbestimmungen.

- 6.6 Einzelarbeit oder Arbeit in Küchenbrigaden hängt von der Größe und dem Umsatz des Restaurationsbetriebes ab.
7. Die körperliche Beanspruchung während der Berufsausbildung wird häufig unterschätzt. Für jugendliche Lehrlinge gelten die begünstigenden Arbeitszeitschutzbestimmungen, z. B. erst Arbeitsbeginn um 10 Uhr, wenn bis 23 Uhr tags zuvor gearbeitet wurde. Eine Berufsschulvorbereitung sollte für noch nicht ausreichend entwickelte Jugendliche, die Koch oder Köchin werden wollen, ärztlich empfohlen werden.

Andere Besonderheiten des Berufs

8. Geschlechtsgebundene Küchenarbeiten gibt es nicht. Dennoch sind in Großküchen die Rollen von Koch und Köchin wie unter 3.3 angegeben verteilt. Kleine Restaurationsbetriebe bevorzugen einen Alleinkoch und beschäftigen meist eine Beiköchin als Kaltmamsell oder Beilagenköchin.
9. Tauglichkeitsvorschriften gibt es nicht. Genügend kräftiger, Dauerbeanspruchungen gewachsener Körperbau, Widerstandsfähigkeit gegen Hitzebelastung, gesunde Haut und funktionstüchtige Verdauungsorgane sowie gebrauchstüchtige Sinnesorgane sind die wesentlichen körperlichen Voraussetzungen zum Erlernen des Berufes.
- 10.1 Koch und Köchin müssen frei sein von ansteckenden oder ekelerregenden Krankheiten und dürfen nicht Ausscheider sein von Typhus-, Paratyphus- oder Ruhrerregern. Amtsärztliche Untersuchung ist Vorschrift. Gut waschbare Berufsbekleidung ist allgemein eingeführt. Die Hygienegestaltung gewerblicher Küchen ist durch über 50 Jahre alte bewährte Landespolizeivorschriften gesichert, deren Erfüllung bei Konzessionserteilung überprüft wird. Die Einhaltung der Regelung der Arbeitszeiten und Ruhepausen nach der AZO ist wichtig. Alkoholfreie Getränke sind als Freitrunke bereitzustellen.
- 10.2 In Küchen ist Kinderarbeit verboten. Für Jugendliche und werdende Mütter gelten die entsprechenden allgemeinen Schutzbestimmungen und Regelung der Arbeitszeit und Ruhepausen.
- 10.3 Ärztliche Untersuchung anlässlich der Berufswahl ist die beste medizinische Prophylaxe. Hautschutz und persönliche Hautpflege der Hände sind für die Dauer der Berufsausübung wichtig.
11. Der Koch und die Köchin haben nach erfolgreichem Abschluß der Berufsausbildung gute Aufstiegs- und Entwicklungschancen. Ein Spezialgebiet kann je nach Begabung und Neigung als sogenannter Partiekoch, z. B. als Entremetier (Beilagenkoch), Gardemanger (Kaltspeisenkoch), Grilleur (Grillkoch), Hors d'œuvrier (Vorspeisenkoch), Legumier (Gemüsekoch), Pâtissier (Küchen Konditor), Poissonnier (Fischkoch), Potagier (Suppenkoch), Rotisseur (Bratenkoch), Saucier (Saucen Koch) übernommen werden. Durch Besuch einer Diätschule wird die Weiterbildung zum Diätkoch erreicht. Durch Lehrgangsbesuch können Koch und Köchin sich spezialisieren zum Gemeinschaftskoch und -köchin für Heime und Betriebe.



Abb. 2 Abschmecken.

Nach Beendigung der Lehre besteht oft der Wunsch, noch eine Kellnerlehre zu absolvieren. Die zusätzliche Lehrzeit beträgt $1\frac{1}{2}$ Jahre. Durch Besuch einer Hotelfachschule werden die Aufstiegsmöglichkeiten zum Küchenchef oder Küchendirektor gefördert. Die Prüfung als Küchenmeister kann vor der Industrie- und Handelskammer abgelegt werden.

Nach erfolgreicher mehrjähriger Berufstätigkeit bestehen für Koch oder Köchin gute Möglichkeiten, durch Pacht oder Kauf eines Restaurants oder Hotels sich selbständig zu machen. Dieses Ziel wird von den meisten Berufsanwärtern angestrebt und von vielen auch erreicht.

- 12.1 Koch und Köchin ist keine Berufswahl für Behinderte.
- 12.2 Wer gesundheitlich den Anforderungen des Berufes nicht mehr gewachsen ist, sollte die Selbständigkeit anstreben. Berufsnahere Rehabilitationsmöglichkeiten sind für Arbeitnehmer kaum vorhanden.
- 12.3 Ein einjähriger Besuch einer Hotelfachschule führt zum Diplom des deutschen Hotel- und Gaststättenverbandes. Getränkehandel und Fremdenverkehrsgewerbe bieten Behinderten auf höherer Ebene günstige Beschäftigungsmöglichkeiten.

Literatur

- ¹⁾ Statistisches Jahrbuch 1966, S. 153. – ²⁾ Ergebnisse der Berufsberatungsstatistik 1966/67; Beilage zu den ANBA vom 10. April 1968, S. 66/67 und 75. – ³⁾ Statistisches Jahrbuch 1967, S. 290. – ⁴⁾ *Lehmann, G.*: Praktische Arbeitsphysiologie, Thieme-Verlag, Stuttgart, 1953, S. 141. – ⁵⁾ *Koelsch, Franz*: Lehrbuch der Arbeitshygiene, Bd. II, F. Enke-Verlag, Stuttgart, 1946, S. 387ff. – ⁶⁾ *Baader, E. W., G. Lehmann, H. Symanski, H. Wittgens*: Handbuch der gesamten Arbeitsmedizin, Bd. I, 1961, S. 109, Bd. II, 1961, S. 655ff.

Anschrift des Verfassers: Medizinaldirektor Dr. med. P. Hülsmann, 2301 Strande über Kiel, Wittenhörn 2.

Legende der Bezifferung der Randleisten siehe Einführung in »Arbeitsmedizin – Sozialmedizin – Arbeitshygiene« Heft 4/67. Nachlieferungen der bisher erschienenen Folgen dieser Serie möglich. Sammelmappe DM 4.70 zuzüglich Versandkosten und MwSt. Anfragen bitten wir an den Verlag zu richten.