

САЛЬМОНЕЛЛЕЗ ОПАСЕН КРУГЛЫЙ ГОД.

В г. Могилёве и Могилёвском районе наблюдается сезонный рост заболеваемости сальмонеллёзом.

Сальмонеллёз - это острое инфекционное заболевание с поражением желудочно-кишечного тракта, вызываемое микробами из рода сальмонелл, насчитывающего огромное количество представителей.

Сальмонеллы довольно устойчивы во внешней среде. Хорошо сохраняются при низких температурах, высушивании, оставаясь жизнеспособными несколько месяцев и даже лет (например, при попадании в почву), отлично переносят замораживание. Длительно могут сохраняться в пищевых продуктах, а в продуктах животного происхождения при комнатной температуре могут накапливаться (внутри сырого яйца могут сохраняться до 13 месяцев, на яичной скорлупе - от 17 до 24 дней). Температура кипения сальмонеллы убивает, так же действуют губительно на них дезинфицирующие растворы в обычных концентрациях.

Источником инфекции при сальмонеллезе в отличие от других кишечных инфекций могут быть люди и животные, но основная роль принадлежит животным - это сельскохозяйственные животные и домашние птицы: крупный рогатый скот, свиньи, куры, гуси, утки.

Заражение человека происходит при попадании сальмонеллы через рот. Основные пути передачи: пищевой (при употреблении инфицированных продуктов питания, чаще всего мясных и молочных продуктов, яиц), а так же контактно-бытовым путём (при несоблюдении правил личной гигиены).

От момента инфицирования до момента появления первых клинических проявлений проходит от нескольких часов до 3-х суток. Заболевание характеризуется разнообразным клиническим течением (от бессимптомного до тяжелых септических форм), но в большинстве случаев отмечается острое начало заболевания: повышение температуры до 39 гр.С, озноб, головная и мышечная боль, тошнота, рвота, многократный жидкий стул.

Чтобы не заболеть сальмонеллёзом нужно соблюдать следующие правила профилактики:

- Не покупайте и не употребляйте продукты, не прошедшие санитарно-ветеринарный контроль, т.е. не покупайте продукты в неустановленных местах.
- Не покупайте продукты там, где вы видите, что имеют место нарушения санитарных правил. Например, на одних весах, один и тот же продавец поочередно взвешивает сырые и готовые к употреблению продукты (курицу и селедку, курицу и колбасу, курицу и сыр). Там, где в одном прилавке находятся одновременно сырые продукты (мясо, птица, рыба, морепродукты, овощи) и гастрономические. Там, где продаются яйца вместе с нефасованными продуктами (колбасой, сыром, другими молочными и гастрономическими продуктами). При этом яйца с нарушенной скорлупой, со следами на скорлупе кровяных пятен и помета. Пройдите мимо и купите продукты там, где Вас обслужат правильно и безопасно для здоровья.

- При доставке продуктов из магазина домой тоже надо соблюдать некоторые правила: помните о возможности вторичного инфицирования и упаковывайте все продукты отдельно в целлофановые пакеты, если отсутствует заводская упаковка. Сырые продукты лучше вообще нести в отдельной сумке.
- Придя домой, не забудьте положить сразу же все продукты в холодильник. Сальмонеллы при комнатной температуре в продуктах животного происхождения могут очень быстро размножаться (так в мясе через сутки при комнатной температуре количество сальмонелл может увеличиться в 140 раз).
- При распределении продуктов в холодильнике тоже нужно помнить, что низкие температуры на сальмонеллы не действуют и не убивают. Она не размножается, но сохраняет все свои свойства. Поэтому товарное соседство необходимо соблюдать и не допускать соприкосновения, а, следовательно, и возможного инфицирования сырых и готовых к употреблению продуктов.
- После обработки мяса, сырых продуктов кухонный инвентарь (разделочные доски, мясорубки, ножи, посуду) необходимо тщательно вымыть с моющими средствами и ошпарить.
- Желательно иметь отдельные доски и ножи для разделки сырых и вареных продуктов.
- Тушение, варка, т.е. высокие температуры, убивают сальмонеллу. Поэтому необходимо строго соблюдать технологию приготовления блюд и проводить тщательную термическую обработку. Время варки и жаренья мяса зависит от его вида и величины куска. При полной готовности мяса температура в толще куска должна быть не ниже 85 С. А также должен выделяться бесцветный сок при проколе поварской вилкой.
- Салаты, винегреты и другие пищевые продукты, которые не проходят повторную тепловую обработку необходимо употреблять сразу же после приготовления
- Куриные яйца необходимо вымыть теплой водой, можно с мылом. Варить яйца не менее 10 минут после закипания воды. Если Вы предпочитаете яичницу, то её лучше обжарить с двух сторон. Детям - безопаснее давать омлеты. Нож, используемый для разбивания яиц необходимо так же промыть.
- Не забывайте о сроках годности продуктов.
- Соблюдайте чистоту на кухне, своевременно удаляйте мусор, пищевые отходы. Уничтожайте мух, так они могут быть переносчиками микробов.
- Соблюдайте личную гигиену, особенно чистоту рук: перед приготовлением, раздачей и употреблением пищи мойте руки с мылом. Особенно это тщательно следует делать перед приготовлением пищи для маленьких детей и их кормлением.

СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИХ НЕСЛОЖНЫХ ПРАВИЛ ПОМОЖЕТ СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ВАМ И ВАШИМ БЛИЗКИМ!