Профилактика сальмонеллеза

Сальмонеллез – это инфекционное заболевание, которое вызывают бактерии рода Salmonella. Это одно из заболеваний, которое является общим для человека и животных (крупный рогатый скот, свиньи, овцы, куры, утки, гуси). Заболевание может наступить:

1. при употреблении мясных и молочных продуктов, а так же яиц от больных животных;
2. при попадании сальмонелл в готовые блюда:

- когда нарушена технология приготовления продуктов (недостаточная термическая обработка);

- когда используют один и тот же кухонный инвентарь для сырой и готовой пищи;

- когда хранят сырые продукты с готовыми блюдами;

- когда в приготовлении блюд участвует человек, который болен сальмонеллезом или является бессимптомным носителем этого заболевания;

3) среди детей при реализации контактно-бытового пути передачи;

4) при употреблении воды открытых водоемов, которые загрязнены сточными выбросами.

Одним из отличительных свойств Сальмонелл является способность к выживанию в окружающей среде, она может хранится: в воде до 5 месяцев, в мясе и колбасных изделиях от 2 до 4 месяцев, в замороженном мясе — около 6 месяцев (в тушках птиц — более года), в молоке — до 20 дней, кефире — до 2 мес., в сливочном масле — до 4 месяцев, в сырах — до 1 года, в пиве — до 2 месяцев, в почве — до 18 месяцев. В некоторых продуктах (молоко, мясные продукты) сальмонеллы способны не только сохраняться, но и размножаться, не изменяя внешнего вида и вкуса продуктов.

С момента употребления зараженной продукции до проявления симптомов болезни может пройти от 2-6 часов до 4-7 суток.

Заболевание начинается остро: с повышения температуры тела до 39,0С, также больные жалуются на схваткообразные боли в животе, тошноту, рвоту, жидкий стул (водянистый, пенистый, зловонный, зеленоватого цвета от 5 до 10 раз в сутки), на 2-3й день в стуле могут быть прожилки крови.

С целью профилактики сальмонеллеза необходимо:

- соблюдать поточность при приготовлении пищи, лучше иметь разные разделочные доски для сырых и готовых продуктов; после разделки сырого мяса и тушек птицы следует тщательно вымыть с мылом руки, посуду, разделочные доски, поверхности столов. Во время приготовления любого блюда необходимо мыть руки после того, как Вы дотрагивались до яиц, так как со скорлупы Сальмонеллы могут попасть на руки, а с них в пищу;

- хорошо проваривать (прожаривать) мясо, тушки птицы. Готовность блюда из мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока на месте прокола;

- не употреблять яйца сырыми, всмятку, в виде глазуньи. Предпочтительно варить их в кипящей воде 7 - 10 мин, предварительно тщательно вымыв, так как сальмонеллы могут попасть в содержимое яйца и сохраниться в слабо прожаренном желтке и белке.

- молоко, приобретенное у частных лиц, обязательно подвергать термической обработке;

- остерегайтесь есть непрожаренные шашлыки (особенно приготовленные из куриного мяса) при выезде на природу;

- при покупке кондитерских изделий (пирожные, торты) в магазине обращайте внимание на срок реализации продукта, условия хранения;

- мойте чаще руки, особенно у детей, перед едой и после посещения туалета. При отсутствии условий для мытья рук, пользуйтесь одноразовыми антибактериальными салфетками.

Соблюдая эти простые правила, вы снижаете риск заболевания не только сальмонеллезом, но и другими кишечными инфекциями.

**Материал подготовлен филиалом ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в ЯНАО в городах Ноябрьск , Муравленко» контактное лицо: врач–эпидемиолог Родионова Алсу Ирековна, тел.приемная 320001, эпид.отдел 42-45-17**