

Как предупредить сальмонеллёз

Сальмонеллез — острое инфекционное заболевание, опасное своими последствиями (заболевания желудочно-кишечного тракта, легких и др.)

Заболевание сальмонеллезом начинается внезапно — повышается температура, появляется головная боль, тошнота, рвота, многократный жидкий стул.

Основными источниками сальмонеллезной инфекции для человека являются куры, утки, гуси, крупный рогатый скот. Зараженные продукты не изменяют ни внешнего вида, ни цвета, ни запаха, ни вкуса.

Чтобы уберечься от сальмонеллеза, придерживайтесь следующих правил:

- купленное сырое мясо, рыбу, птицу и яйцо храните в холодильнике в целлофановых пакетах, отдельно от продуктов, употребляемых в пищу без дополнительной термической обработки (хлеб, колбаса, сыр и др.);
- используйте отдельные доски для разделки сырых и вареных продуктов;
- после обработки сырых продуктов тщательно промывайте горячей водой кухонный инвентарь (мясорубку, ножи, разделочные доски, посуду), а руки вымойте теплой водой с мылом;
- при тепловой обработке продуктов (варка, тушение, жарение) сальмонеллы погибают, поэтому мясо животных и птицу подвергайте тщательной термической обработке;
- куриные яйца обмойте теплой водой с мылом и варите не менее 10 минут с момента закипания (вкрутую);
- салаты, винегреты и другие продукты, не подвергающиеся повторной термической обработке, употребляйте в пищу сразу после приготовления;
- скоропортящуюся и готовую пищу храните в холодильнике;
- в кухне соблюдайте чистоту, своевременно удаляйте мусор и пищевые отходы, уничтожайте мух и тараканов;
- соблюдайте правила личной гигиены (следите за чистотой тела, рук, одежды).

Помните! Соблюдение вами правил личной гигиены, приготовления и хранения пищи — надежная профилактика сальмонеллеза.