

Сальмонеллез и меры профилактики.

Сальмонеллез – одна из самых коварных кишечных инфекций. Начало острое: повышение температуры до 39 гр.С, озноб, головная и мышечная боль, тошнота, рвота, многократный жидкий стул. Период с момента заражения до клинических проявлений заболевания составляет от 2-6 часов до 2-3 дней. Возбудитель заболевания - достаточно устойчив во внешней среде. Сальмонеллы отлично переносят замораживание и гибнут внутри продукта только после длительного кипячения. Внутри сырого яйца могут сохраняться до 13 месяцев, на яичной скорлупе - от 17 до 24 дней.

Источником инфекции при сальмонеллезе в отличие от других кишечных инфекций могут быть люди и животные. Но основная роль принадлежит сельскохозяйственным животным и домашней птице. Именно от этих животных мы получаем такие продукты как мясо, молоко, яйца. Зараженные продукты не изменяют ни своего внешнего вида, ни цвета, ни вкуса.

Регистрируется заболевание в течение всего года, но наиболее часто летом, поскольку в теплое время года создаются более благоприятные условия, способствующие накоплению возбудителя, в первую очередь в продуктах питания.

Эпидемическая ситуация по заболеваемости сальмонеллезной инфекцией в г.Могилеве и Могилевском районе остается нестабильной. Показатель заболеваемости сальмонеллезом за 1 полугодие выше на 51,5 % уровней прошлого года и составляет 24,1 на 100тыс. населения (2015 год - 15,9 на 100 тыс. населения).

Заражение происходит в основном через мясные, молочные продукты, яйца.

Кто чаще всего страдает? Особенно восприимчивы к сальмонеллам, как и к любой кишечной инфекции, дети первых двух лет жизни, доля которых среди заболевших составляет 35%, а также люди преклонного возраста. При опросе около 80% заболевших связывают заболевание с употреблением недостаточно прожаренных яиц, мяса (курица, свинина). Особо опасны в этом отношении – субпродукты: печень, желудки.

Можно ли уберечься от сальмонеллеза в быту?

Можно, если соблюдать правила профилактики на всех этапах, начиная с этапа покупки и заканчивая этапом употребления.

- 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).

- При доставке продуктов из магазина домой 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 соблюдайте товарное соседство и не допускайте соприкосновения сырых и готовых к употреблению продуктов.
- После обработки мяса, сырых продуктов кухонный инвентарь тщательно вымойте с моющими средствами, а лучше иметь отдельные доски и ножи для разделки сырых и вареных продуктов.
- Соблюдайте технологию приготовления мясных продуктов: 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 употребляйте сразу же после приготовления
- Куриные яйца мойте теплой водой, можно с мылом. Варите яйца не менее 10 минут после закипания воды. Если Вы предпочитаете яичницу, то ее лучше обжарьте с двух сторон. Детям - безопаснее давать омлеты. Нож, используемый для разбивания яиц, также промойте.
- Не забывайте о сроках годности продуктов.
- Соблюдайте чистоту в 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 простых правил поможет предотвратить инфицирование сальмонеллезом в бытовых условиях.

Но, если вы заболели необходимо обратиться к врачу.

Отдел эпидемиологии УЗ «Могилевский зонЦГЭ»