

Профилактика сальмонеллеза.

За 8 мес. 2024 г. в Чувашской Республике зарегистрирован 191 случай сальмонеллеза, показатель заболеваемости превысил средне-многолетние уровни. Поэтому считаем необходимым напомнить о заболевании сальмонеллез.

Сальмонеллез - это инфекционное заболевание, которое вызывается различными бактериями рода *Salmonella*, протекает с преимущественным поражением органов пищеварительного тракта.

Возбудитель сальмонеллеза устойчив во внешней среде: в воде открытых водоемов сохраняются от 11 до 120 дней, в комнатной пыли – до 90 дней; в мясе и колбасных изделиях - от 60 до 130 дней (в замороженном мясе – от 6 до 13 мес.); в молоке при комнатной температуре - до 10 дней, в холодильнике – до 20 дней; в сливочном масле – 52-128 дней; в яйцах – до 13 мес., на яичной скорлупе – от 17 до 24 дней.

Возбудитель сальмонеллеза чаще всего передается через мясо птицы и яйца, а также продуктов, приготовленных из них (полусырые бифштексы, яйца сырые и всмятку, яичница, глазунья). Яичная скорлупа идеальное место для сохранения микроба. При разбивании яйца сальмонелла попадает в яичницу, а затем в организм человека. Если яйцо хранилось более 25 дней, то сальмонеллы могут проникать в желток и в нем размножаться. Не исключено распространение сальмонеллеза контактно-бытовым путем от больного человека через грязные руки и предметы обихода. Заразиться сальмонеллезом можно и через загрязненную воду при ее питье или купании.

Причины загрязнения пищевых продуктов сальмонеллами различны. На предприятия общественного питания или дома на ваш стол могут поступать продукты, уже обсемененные сальмонеллами. К таким продуктам относят мясо, молоко, птицу, яйца, рыбу. Чаще всего вызывают сальмонеллез мясо и мясопродукты.

Обычно заболевание начинается остро (при пищевом пути заражения колеблется от 6 часов до 3 суток), повышается температура тела (при тяжелых формах до 39°C и выше), появляются общая слабость, головная боль, озноб, тошнота, рвота многократная, боли в эпигастральной области, позднее присоединяется расстройство стула. Стул жидкий, водянистый до 10 раз в сутки, обильный, зловонный, может быть с примесью слизи.

Общие правила для профилактики любых кишечных инфекций, в том числе и сальмонеллеза, которые должен знать каждый:

Мойте руки перед едой - самое важное правило, знакомое с детства, но для профилактики сальмонеллеза и прочих кишечных инфекций является самым действенным.

Отдельный нож для сырого мяса и рыбы — это касается и разделочной доски, которую вместе с ножом после использования следует тщательно мыть и ополаскивать кипятком.

Не ешьте плохо прожаренное мясо - мясо и птицу следует варить как минимум 1 час.

Не ешьте гоголь-моголь - и не пейте сырые яйца, варить их необходимо 10 минут, в случае необходимости использования сырого яйца следует его необходимо обработать в соответствии с рекомендациями или использовать продезинфицированные яйца.

Пейте только кипяченое молоко - а также избегайте употребление сыра типа «Адыгейский» и творога в летний период, приобретенных в несанкционированных торговых точках.

Избегайте общественное питание в сомнительных заведениях в летний период времени.

Будьте здоровы!