

**За 3 месяца 2016 года заболеваемость сальмонеллезом в Республике Алтай в 2 раза ниже, чем за аналогичный период 2015 года. Тем не менее, в последние две недели регистрируются единичные случаи данной инфекции среди жителей республики. При проведении эпидемиологического расследования заболеваний установлено, что причиной сальмонеллеза чаще всего является употребление куриных яиц в сыром виде или жареных, сваренных всмятку как от домашних кур, так и купленных в магазине.**

**Не всегда продукты питания могут быть полезны, особенно при неправильной термической обработке. Необходимо помнить: все, что вы едите, может быть использовано против вас.**

**В списке съедобных убийц – сальмонеллез. А точнее – продукты, содержащие сальмонеллы. Как Вы думаете, можно ли умереть от употребления таких продуктов, как курица, яйца? К сожалению, можно, поскольку все эти продукты содержат микроб - сальмонеллу.**

**Насколько опасен сальмонеллез?**

Сальмонеллез занимает первое место по статистике по количеству летальных случаев вследствие пищевых отравлений, тем и опасен.

## **Продукты, содержащие сальмонеллы**

Сальмонелла является жителем кишечного тракта курицы, уток, гусей и другой домашней птицы. Причем сами животные не болеют этим заболеванием.

Когда курица дает яйцо, сальмонелла попадает на скорлупу. Поскольку скорлупа пористая, то микроб попадает внутрь и размножается. Соответственно, если яйцо плохо проварено, то мы можем заразиться.

Также можно заразиться через плохо термически обработанную курицу. Особенно это часто встречается в копченой курице. Если ее разрезать, на суставах можно увидеть еще красное мясо. Именно оно может содержать сальмонеллу. При этом нужно отметить, что сальмонелла в достаточной степени термоустойчива. Для того чтобы ее убить при температуре 70 градусов, нужно обрабатывать минимум 20 минут. А если обрабатывать при температуре 100 градусов, то достаточно 3 минут. Вывод – и курица и яйцо должны вариться больше 3 минут. Соответственно яйцо всмятку – это очень опасный продукт.

У перепелов температура организма выше, поэтому сальмонелла там практически не живет. Соответственно, их яйца безопасны. А куриные яйца тотально поражены сальмонеллой, поскольку микроб является жителем организма курицы.

### **Признаки сальмонеллеза**

Когда сальмонелла попадает на слизистую желудочно-кишечного тракта, примерно через 6-7 часов начинают развиваться симптомы и признаки сальмонеллеза. Сначала появится тошнота, рвота, недомогание. Затем может появиться понос и повышение температуры.

### **Профилактика сальмонеллеза в домашних условиях**

1. В качестве профилактики сальмонеллеза в домашних условиях все продукты, способные содержать этот микроб, должны быть термически обработаны.
2. Категорически нельзя давать детям и употреблять взрослым сырые яйца, «яйца в мешочек» или недоваренную курицу.
3. Соблюдайте чистоту на кухне.
4. Мойте руки перед едой и во время приготовления пищи, а также после того, как пришли с улицы. Как можно тщательней, чтобы убить опасные сальмонеллы (и не только)!
5. Если вдруг появились симптомы кишечной инфекции и температура, то нужно срочно обращаться к врачу.