

Иерсиниоз и псевдотуберкулез относятся к острым инфекционным заболеваниям, вызываемым бактериями рода *Yersinia*. Заразиться можно преимущественно через пищу и воду. Особое значение в распространении этих инфекций имеют овощи и корнеплоды.

Почему тема актуальна осенью?

Осенью на хранение поступает новый урожай. Одновременно с похолоданием грызуны начинают активнее искать пищу и укрытия и могут перемещаться ближе к жилью человека, проникать в погреба, хозяйственные постройки и помещения, где хранятся продукты.

Грызуны имеют значение в распространении иерсиний и могут загрязнять продукты своими выделениями. Поэтому важно не допускать их появления там, где хранятся овощи и другие продукты питания.

При подготовке помещений к хранению урожая необходимо соблюдать чистоту, закрыть щели и отверстия, через которые могут проникать грызуны, а при необходимости провести дератизационные мероприятия.

На что обратить внимание при употреблении овощей?

Овощи могут загрязняться еще при выращивании, во время уборки, транспортировки или хранения. При этом внешний вид продукта не всегда позволяет определить наличие микроорганизмов.

Перед употреблением овощи, фрукты и зелень необходимо тщательно промывать проточной водой. Особое внимание следует уделять продуктам, которые будут употребляться в сыром виде.

Овощи с признаками порчи, плесенью, повреждениями или следами загрязнения грызунами использовать в пищу нельзя.

Важно помнить и о кухонной гигиене. Сырые продукты следует отделять от готовой пищи, использовать чистую посуду и кухонный инвентарь, регулярно мыть руки.

Почему холодильник не является абсолютной защитой?

Иерсинии способны сохраняться при низких температурах, а при определенных условиях даже размножаться. Поэтому само по себе хранение продукта в холодильнике не гарантирует его безопасность.

При длительном хранении необходимо соблюдать установленные условия, следить за состоянием продуктов и своевременно удалять испорченную продукцию.

Как проявляются инфекции?

При иерсиниозе возможны повышение температуры, слабость, боли в животе, тошнота, рвота и диарея.

При псевдотуберкулезе также могут появляться высыпания на коже, боли в суставах, увеличение лимфатических узлов и другие симптомы.

Клинические проявления могут быть похожи на признаки других заболеваний, поэтому самостоятельно определить причину недомогания невозможно. При высокой температуре, выраженной диарее, многократной рвоте, сильных болях в животе, появлении сыпи или ухудшении общего состояния необходимо обратиться за медицинской помощью.

Не следует самостоятельно принимать антибиотики. Необходимое лечение определяет врач.

Простые правила помогут снизить риск

Для профилактики иерсиниоза и псевдотуберкулеза важно:

- защищать места хранения продуктов от грызунов;
- соблюдать чистоту помещений, где находятся продукты;
- тщательно мыть овощи, фрукты и зелень;
- не употреблять испорченные или загрязненные продукты;
- отделять сырые продукты от готовых блюд;
- использовать чистую посуду и кухонный инвентарь;
- регулярно мыть руки;
- соблюдать условия хранения продуктов;
- при появлении признаков заболевания своевременно обращаться к врачу.

Осень является подходящим временем, чтобы проверить условия хранения продуктов, защитить урожай от грызунов и еще раз вспомнить о правилах пищевой гигиены.

Простые профилактические меры помогают снизить риск иерсиниоза, псевдотуберкулеза и других кишечных инфекций.