

Скоро наступит один из самых любимых праздников детей и взрослых - Новый год! И совсем не хотелось бы, что бы праздничное настроение было омрачено болезнью, т.к. именно в такие дни из-за разнообразия блюд и гастрономических изысков на праздничном столе возрастает риск заболеваний кишечными инфекциями, в т.ч. сальмонеллезом.

В текущем году сальмонеллезной инфекцией в Республике Алтай заболели 54 человека. Цифра сравнительно не велика (по сравнению с аналогичным периодом прошлого года показатель заболеваемости снизился на 10%), тем не менее, из них 50 % заболевших дети. У маленьких детей это заболевание часто протекает тяжело.

Как же уберечься от сальмонеллеза? Какие надо соблюдать правила, чтобы не допустить проникновения его возбудителей сальмонелл в организм?

Заражение людей от животных происходит, при употреблении мяса и мясопродуктов птицы или животных, а также яиц, кремовых изделий в которых могут находиться сальмонеллы. В пищевых продуктах сальмонеллы могут интенсивно размножаться и накапливаться, если нарушены условия их хранения и кулинарной обработки, или если для обработки вареных и сырых продуктов используют один и тот же кухонный инвентарь— разделочные доски, ножи.

Представьте себе, что в холодильнике прямо на решетке, а не в тазике или миске лежит сырое мясо, а под ним стоит готовое блюдо, например, крем, запеканка или в открытой кастрюле компот. Если капля крови с мяса, инфицированного сальмонеллами, попадет в любое из этих блюд—не миновать беды.

Наиболее благоприятная среда для сальмонелл—молочные продукты, студни, заливные блюда, кремы, мясной фарш, салаты. Особенно интенсивно размножаются эти микробы в готовых блюдах при комнатной температуре и в тепле. Причем опасность заражения увеличивается еще и оттого, что, размножаясь в готовом блюде, сальмонеллы не

изменяют ни его внешнего вида, ни вкуса, ни запаха.

С момента употребления зараженной продукции до проявления симптомов болезни может пройти от 2-6 часов до 4-7 суток.

Болезнь протекает тяжело, с подъемом t до 39-40, сопровождается тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом. Особенно опасно заболевание для маленьких детей и лиц пожилого возраста.

Для предупреждения заболевания необходимо строго выполнять правила приготовления пищи в быту, меры личной профилактики:

1. Нужно взять за правило не употреблять мясо, не прошедшее ветеринарного контроля.
2. Мясо и птицу следует хорошо проваривать или прожаривать с обеих сторон под крышкой. Если мясо готовится большим куском, то варить его надо не менее двух часов. Готовность блюда из мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока на месте прокола.
3. Остерегайтесь есть непрожаренные шашлыки (особенно приготовленные из куриного мяса) при выезде на природу.
4. Непастеризованное молоко рекомендуем пить только кипяченым.
5. Куриные яйца нельзя есть сырыми, всмятку, в виде глазуньи.
6. Перед приготовлением блюд из яиц (яичница-глазунья, омлет, запеканка) сначала их нужно обмыть, так как сальмонеллы могут попасть в содержимое яйца и сохраниться в

слабо прожаренном желтке и белке.

7. Во время приготовления любого блюда хозяйка должна мыть руки после того, как она дотрагивалась до яйца, так как со скорлупы сальмонеллы могут попасть на руки, а с них в пищу.

8. Для сырого мяса и для вареных продуктов надо иметь в хозяйстве разные разделочные доски.

9. Следите за тем, чтобы и в холодильнике сырое мясо, птица не хранились в непосредственной близости с готовыми блюдами.

10. Заливное, студень, салат, крем, желе, винегрет - словом, все те блюда, которые перед употреблением не подвергаются вторичному провариванию или прожариванию, - храните только в холодильнике.

11. Не употребляйте продукты с истекшим сроком годности. Салаты и винегреты в не заправленном виде должны храниться при температуре от + 2 до +4 градусов не более 6 часов. Заправлять салаты следует непосредственно перед употреблением. Салаты нужно готовить в небольших количествах, так как при хранении, в условиях бытового холодильника, может произойти накопление патогенных микроорганизмов.

12. Не готовьте еду впрок, лучше приготовить еды столько, чтобы она не оставалась

13. Мойте чаще руки, особенно у детей, перед едой и после посещения туалета. При отсутствии условий для мытья рук, пользуйтесь одноразовыми антибактериальными салфеткам.

14. Если случилось так, что ребенок или кто-нибудь из взрослых членов семьи заболел, не старайтесь сами поставить диагноз, а тем более лечить, - немедленно вызывайте

врача.

Сальмонеллез далеко не безобидное заболевание даже в тех случаях, когда он протекает легко. Дело в том, что сальмонеллы могут в течение длительного времени сохранять жизнеспособность в организме недолеченного больного. Размножаясь в желчном пузыре, они вызывают холецистит, холангит. Кроме того, сальмонеллы долго живут в кишечнике, и «хранитель» микробов легко становится их разносчиком.

Выполнение этих несложных правил поможет избежать заболевания острыми кишечными инфекциями, в том числе сальмонеллезом и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!