

## Осторожно, сальмонеллез

Сальмонеллез – острая кишечная инфекция. Резервуаром возбудителя сальмонеллеза в природе являются куры, утки, крупный рогатый скот, свиньи, овцы, а также собаки, кошки, домовые грызуны (мыши, крысы) и дикие животные – лисы, волки, обезьяны и пр., у которых заболевание чаще протекает в виде носительства.

Самым мощным резервуаром различных типов сальмонелл, в том числе наиболее патогенных для человека, являются птицы. Сальмонеллы обнаруживают не только в мясе и внутренних органах птиц, но и в яйцах. При этом птицепродукция и яйцо не меняет запах, цвет и вкус.

Сальмонеллы сохраняют свою жизнеспособность в продуктах при хранении в холодильнике, так как не боятся низких температур. В сыром молоке, в простокваше сальмонеллы выживают до 10 дней. В мясе, колбасах, масле – до 2-4 месяцев. В яйце – до 1 года, на скорлупе 2-3 недели. При варке мяса погибают через 30 минут, в яйце через 10 минут.



Устойчивы к солению, копчению, действию кислот, на поверхности различных предметов и в пыли помещений могут выживать несколько месяцев полностью сохраняя способность к заражению человека.

Микробы могут с предметов на столе (после разделки сырого мяса) по контакту распространяться на любые другие предметы кухни, а затем и квартиры. При этом они концентрируются на тех предметах, которых чаще касаются руки людей: выключатели света, ручки дверей, вентили водопроводных кранов, сливные ручки туалетов, детские предметы, в том числе кровати, игрушки. На них следует обращать особое внимание при проведении уборки.



Заболевание сальмонеллезом возникает как при употреблении инфицированной продукции питания, так и при не соблюдении личной гигиены.

### Нередко заражение происходит:

- при неправильной кулинарной обработке продуктов - недостаточном прожаривании мяса, проваривании яиц,
- при нарушении правил личной гигиены при приготовлении мясных блюд и разделывании птицы в домашних условиях: некачественной обработке разделочных досок и ножей, плохом мытье рук после работы.

Наиболее опасными для заражения являются продукты, не прошедшие достаточную термическую обработку (салаты, роллы, шаурма, различные мясные полуфабрикаты – пельмени, сосиски, вареные колбасы), опасна молочная продукция из частных подворий.



Клинические проявления сальмонеллезов могут быть различными, начиная от бессимптомного носительства до тяжелых форм со смертельными исходами. С момента заражения до начала развития симптомов может пройти от 2-6 часов до 2-3 дней. Повышается температура, развиваются симптомы интоксикации (слабость, головная боль), возникает боль в животе с тяжелым расстройством кишечника до 10 раз в сутки.

Сальмонеллезами могут болеть взрослые и дети любого возраста, но наиболее часто заболевают дети первых двух лет жизни. Для детей раннего возраста основным источником инфекции являются больные взрослые (с клиническими проявлениями или бессимптомные бактерионосители). Заражение малышей происходит через руки матерей и других лиц, ухаживающих за ними.

Все взрослые члены семьи, ухаживающие за маленьким ребенком (а не только мать) должны соблюдать правила личной гигиены. Надо следить за качеством соблюдения личной гигиены старших братьев и сестер малыша.

У большинства людей, переболевших сальмонеллезами, возникает дисбактериоз кишечника, тормозящий окончательное выздоровление, а иногда и сопровождающий затем человека многие годы.

### **Чтобы не заболеть сальмонеллезом:**

1. Блюда из мяса, птицы, фарша следует тщательно проваривать и прожаривать;
2. На кухне для разделки сырого мяса необходимо иметь отдельный нож и разделочную доску и ни в коем случае не использовать их для нарезания готовых продуктов (колбас, овощей, хлеба). После окончания работы доску и нож тщательно промывать с использованием моющих средств;
3. Создайте условия для отдельного хранения сырой от готовой продукции (колбаса, масло и т.п.). Для этого нужно использовать кастрюли, целлофановые пакеты, которые помогут изолировать продукты друг от друга. Не допускайте соприкосновения сырых и готовых изделий.
4. Куриные яйца, приобретаемые в торговой сети и в частном секторе, употреблять только хорошо проваренными, прожаренными;
5. Не рекомендуется есть яйца всмятку, яичницу глазу
6. Очень важно следить за чистотой своих рук и рук детей перед едой с мылом!

Помните! Соблюдение гигиенических правил помогает сальмонеллами.

