

Полезная информация

Профилактика сальмонеллеза

Чем опасен сальмонеллез?

Сальмонеллез - острое кишечное заболевание (ОКИ), которое характеризуется резким повышением температуры до 38-39С, болями в животе, рвотой и жидким стулом. Если вовремя не обратиться за медицинской помощью, результат этого заболевания может быть достаточно плачевный – рвота и жидкий стул приводят к обезвоживанию организма, из-за чего могут начаться проблемы с сердцем, а выделяющиеся токсины повреждают внутренние органы. Это особенно опасно для пожилых людей и маленьких детей. А ведь болеют сальмонеллезом в основном они.

Сальмонеллез – это заболевание, которое вызывается разными видами бактерий (Сальмонеллы разных групп), которые живут в разных условиях. Поэтому нельзя трепетно относиться к продуктам из яиц и при этом спокойно есть не просоленное сало с полной уверенностью, что сальмонеллезом явно не заразитесь. Это не так.

Фактором передачи у заболевших сальмонеллезом могут быть куриные яйца, приготовленные в домашних условиях блюда-это яичница и омлеты, варенные всмятку яйца, а так же сырые куриные яйца. Возможно, заболеть от не прожаренных кур-гриль, салатов домашнего приготовления и теста, замешанного на яйцах. Если курица-гриль недожаренная – лучше откажитесь от нее, выбросьте или на крайний случай доведите до готовности уже дома. Поверьте, лечение обойдется гораздо дороже.

В единичных случаях факторами передачи было сырое козье молоко и свиное сало, молоко нужно кипятить, а сало – хорошо просаливать.

Несмотря на то, что куры и яйца – основной источник сальмонеллеза, выявить какого-то одного производителя (и, соответственно, принять меры) нельзя. Все продукты, послужившие источником заболевания, произведены разными производителями и в разных местах. Поэтому особую серьезность обретает фраза: «Ваше здоровье – только в Ваших руках».

Как же избежать сальмонеллеза?

Для этого достаточно соблюдать обычные правила гигиены и здравого смысла, которые с детства знакомы каждому. Эти правила относятся не только к сальмонеллезу, но и к остальным кишечным инфекциям и отравлениям в целом.

- После посещения туалета и перед едой нужно обязательно мыть руки с мылом.
- Нельзя есть полусырые продукты. Если Вы увидели, что мясо или курица недожаренные или недожаренные – не поленитесь, продолжите их приготовление. Это гарантирует не только Вашу безопасность, но и вкусовые качества блюда.
- Готовые продукты (особенно салаты, изделия с фаршем или с кремом) нужно хранить только в холодильнике. Иначе они могут просто испортиться, и Вы рискуете получить пищевое отравление.
- Сырые и готовые продукты обязательно нужно разделять на разных досках и разными ножами. Даже если в сырой курице и живет какая-нибудь бактерия, она не выживет при варке или жарении. Но если на той же доске, где Вы разделяли курицу, сделать салат – все сальмонеллы с курицы окажутся в Вашей тарелке.
- Внимательно смотрите на сроки годности и условия хранения продуктов в магазинах. Если то же мясо хранится на витрине без охлаждения, на жаре, да еще и под солнцем – подумайте дважды и трижды, стоит ли Ваше здоровье того, чтобы им рисковать.
- Не покупайте продукты в магазине, где продавец на одних и тех же весах взвешивает кур и колбасу, то есть сырую и готовую продукцию. С курами ничего не случится, а вот такой колбасой очень легко отравиться.
- Если Вам показалось, что продукт подпорчен, а курица или мясо остались сырыми внутри – не ешьте. Выбросьте. Как бы ни было жалко.
- Мойте куриные яйца. Это очень важно. Причем мыть их нужно не непосредственно перед приготовлением, а сразу, как только Вы принесли их из магазина. И только потом уже закладывайте в холодильник на хранение. Часто бывают случаи, когда сальмонеллы заносятся на продукты вторично: остаются на полотенце для рук, лопаточке для готовки или на ноже, которым разбивали яйца. А итог все равно печальный.
- Не кормите маленьких детей яичницей. Заболевание опасно и протекает обычно достаточно тяжело. Не ешьте сырые яйца, если вы не уверены в их безопасности.