

САЛЬМОНЕЛЛЕЗ



- это кишечное инфекционное заболевание, которое протекает с повышением температуры, тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом. Вызывают заболевания бактерии рода Сальмонеллы. Тяжесть болезни зависит от количества микробов, попавших в организм, а также от вашего иммунитета. Наиболее тяжело болеют маленькие дети.

Болеют сальмонеллезом не только люди, но и животные. Основным источником сальмонеллезной инфекции являются сельскохозяйственные животные, **наиболее опасными считаются домашние и водоплавающие птицы.**

Сальмонелла находится в мясе коров, кур, индеек, в куриных и утиных яйцах (как на скорлупе, так и внутри яйца).

Сальмонеллы очень устойчивы во внешней среде, могут сохраняться в продовольственном сырье и на окружающих нас предметах долгое время. А в молочных продуктах, салатах, студнях могут размножаться.

Заразиться можно при употреблении в пищу недостаточно проваренного мяса уток, кур, крупного рогатого скота, а также недоваренных и недожаренных яиц. Яичная скорлупа - идеальное место для сохранения микроба. При разбивании яйца сальмонелла попадает в яичницу, а затем в организм человека. Если яйцо хранилось более 25 дней, то сальмонеллы могут проникнуть в желток и в нем размножиться. Не исключено распространение сальмонеллеза контактно-бытовым путем от больных через грязные руки и предметы обихода.

Каждый человек, хотя бы раз в жизни испытывал неприятные симптомы кишечного заболевания. После выздоровления неприятные ощущения забываются, и правила профилактики, к сожалению, тоже.

Чтобы уберечь себя и своих близких от сальмонеллеза, напоминаем предельно простые правила профилактики:

1. Не покупайте яйцо и курицу в местах несанкционированной торговли.
2. При покупке яйца необходимо обращать внимание на дату сортировки яиц, которая указывается на самом яйце и на потребительской таре. Срок годности яиц с даты сортировки 25 дней.
3. В магазине и на рынке обратите внимание на товарное соседство сырых и готовых продуктов. Продажа сырых и готовых продуктов должна производиться в разных отделах разными продавцами. Если один продавец взвешивает сырую курицу, мясо и колбасу с сыром на одних весах, идите в другой магазин.
4. Мясо, птицу в домашнем холодильнике нужно хранить в упакованном виде, желательно на отдельной полке морозильника.
5. Яйцо нужно хранить обязательно в холодильнике в специальных ячейках. Ячейки для хранения яиц нужно мыть как можно чаще. Если на скорлупе сальмонеллы не было, а ячейка холодильника была загрязнена, будьте уверены, сальмонелла в вашу яичницу обязательно попадет.
6. Перед приготовлением яйцо необходимо тщательно вымыть с мылом под проточной водой. Варить яйцо нужно не менее 15-20 минут с момента закипания. Жарить яйцо желательно под крышкой также 15 минут. Любители глазуньи рискуют всегда. А от употребления сырых яиц лучше вообще воздержаться.
7. Курицу необходимо также тщательно проваривать не менее 40 минут после закипания; жареная птица считается готовой, если при полном прокалывании куска выделяется светлый, без примесей сок.
8. При разделке сырого мяса, курицы в домашних условиях должна использоваться отдельная доска и нож. Эти доски ни в коем случае не должны использоваться для резки готовых продуктов: хлеба, овощей, сыра.

При первых признаках заболевания не занимайтесь самолечением. Немедленно обращайтесь к врачу. Будьте здоровы!