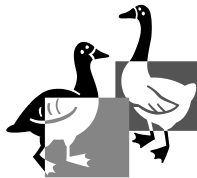


Сальмонельоз - гостре інфекційне кишкове захворювання, яке виникає при споживанні продуктів, заражених мікроорганізмами з роду сальмонела. Вони досить широко розповсюджені в природі, але основним місцем їх знаходження є кишечник тварин і людини.

Особливе епідеміологічне значення має здатність сальмонел не тільки досить стійко зберігатися, а й розмножуватись у продуктах харчування.

При оптимальній для розмноження мікробів температурі 20-37°C, через 4-6 годин незначне зараження продуктів перетворюється на масивне забруднення. При температурі 5°C розмноження сальмонел повністю припиняється. Слід підкреслити, що навіть при масивному обсіменінні сальмонелами м'яса, молочних та інших продуктів помітних змін їх кольору, запаху, смаку, консистенції не спостерігається.

Джерелом інфекції є різні тварини: рогата худоба, свині, вівці, коні, собаки, коти, гризуни /щурі, миші/, птиця, особливо водоплавна (качки, гуси). Можливе також зараження від людини, яка є носієм сальмонел. Збудників хвороби часто переносять мухи, таргани, оси. Захворювання виникає при вживанні будь-якого продукту, якщо він містить велику кількість сальмонел.



Найчастіше сальмонельоз у людей виникає в результаті споживання зараженого м'яса і м'ясних продуктів, при цьому велике значення мають способи кулінарної обробки м'яса. Небезпеку становлять м'ясні вироби з фаршу, ліверні ковбаси, холодець, паштети.

Захворювання на сальмонельоз може бути пов'язано зі споживанням інфікованого молока, м'яса птиці, яєць та виготовлених із них виробів. У яйцях здорової птиці, як правило, не буває мікробів, вони добре зберігаються у прохолодному сухому приміщенні.

Джерелом зараження може бути риба та страви з неї. Відомі випадки захворювань після вживання риби гарячого коптіння, оселедців пряного посолу, смаженої риби, виробів з рибного фаршу та інш. Найчастіше харчові сальмонельози, як і інші кишкові інфекції, спостерігаються в літні місяці.

Час від потрапляння в організм людини збудників до появи ознак захворювання (інкубаційний період) - від 2 годин до 3 діб (частіше 5-18 годин). Що інтенсивніше накопичення сальмонел у продукті, то коротший інкубаційний період.

Захворювання зазвичай починається гостро, з підвищення температури до 38-40°C, з'являються головний біль, слабкість, втрата апетиту, біль у суглобах. Зразу за цим приєднується біль у животі, нудота, блювання, пронос (іноді до 10-15 разів на добу). У випорожненнях можуть бути домішки слизу і навіть прожилки крові. У дітей та осіб похилого віку переважає тяжкий перебіг захворювання. У більшості випадків хвороба закінчується одужанням. Смертельні випадки складають від 0,2 до 1%. Нерідко спостерігаються ускладнення - гастроентерит, холецистит та інш.

Для попередження сальмонельозів у нашій країні постійно здійснюється комплекс ветеринарно-санітарних, медико-санітарних та протиепідемічних заходів. Але дуже багато залежить від нас самих. Адже навіть дрібні порушення, допущені господинею при готуванні страв у домашніх умовах, мають деколи тяжкі наслідки для цілої родини.

Основне профілактичне правило дуже просте, але його слід обов'язково виконувати: всі м'ясні страви та яйця треба піддавати необхідній термічній обробці.

Температура всередині м'ясних виробів має бути не нижче 75-80°C. Страви з яловичини, свинини, риби слід ретельно варити, парити, смажити, краще невеликими шматками. М'ясо курей та іншої свійської птиці слід варити до повної готовності, не менше як 30 хвилин. Можна тушкувати, але не смажити. Страви, приготовлені в духовці, вживають без обмежень.

Щоб не допустити захворювання при вживанні холодцю, зварене м'ясо після подрібнення слід повторно прокип'ятити в бульйоні протягом 10 хвилин, готову страву швидко остудити і зберігати при температурі 4-8°C не більше як 12 годин.



Для знищення сальмонел яйця слід класти в холодну воду і варити: качині - 13, гусячі - 14, курячі - 10 хвилин від початку кипіння. Значну небезпеку, також, становить вторинне зараження вже готової їжі. Щоб цього не допустити не слід використовувати одні й ті ж дошки для обробки сирих і готових продуктів. М'ясорубку після пропускання сирого м'яса треба ретельно вимити гарячою водою з милом або харчовою содою, а потім ошпарити кип'ятком. У холодильнику сирі продукти не повинні стикатися з готовими стравами.

Не рекомендується готувати їжу на багато днів. Страви, які зберігалися після приготування в теплому приміщенні без охолодження,

перед вживанням необхідно прокип'ятити або підсмажити. Ті страви, які перед вживанням повторно не проварюють і не просмажують - заливне, холодець, салат, вінегрет, слід готувати в невеликій кількості, щоб з'їсти за один раз.

У попередженні сальмонельозу важливе значення має дотримання правил особистої гігієни. Законом для кожного повинне бути ретельне миття рук з милом перед виготовленням і прийомом їжі, після відвідування туалету.

Морожене м'ясо слід розморожувати не у воді, а на повітрі. Молоко та молочні продукти в літню пору слід вживати тільки після термічної обробки.

Хлібобулочні вироби треба захищати від стикання з немитими овочами, фруктами, загортати їх в папір або класти в поліетиленовий пакет.

Всі овочі, фрукти, баштанні культури, ягоди, зелень перед вживанням необхідно добре мити.

Воду слід пити тільки кип'ячену, особливо якщо вона взята не з водопроводу, а з колодязя або з іншого джерела, який легко може бути забруднений.

Ковтання води, полоскання рота при купанні в річках, озерах, ставках також загрожує гострими кишковими захворюваннями. Адже відкриті водойми можуть бути забруднені нечистотами, які змиваються з ґрунту дощами. Тому треба твердо дотримуватись правила - ніколи не купатися в брудній стоячій воді, а тільки на спеціально відведених пляжах.

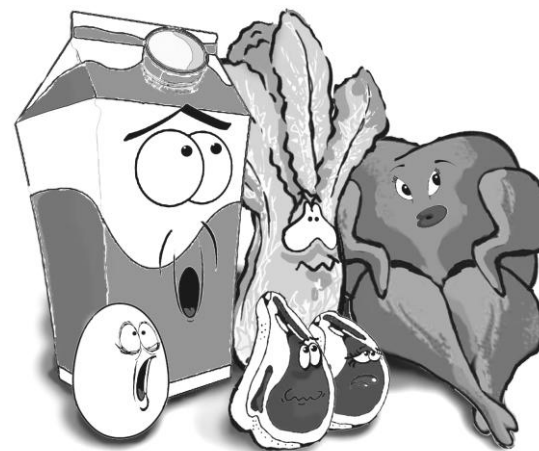
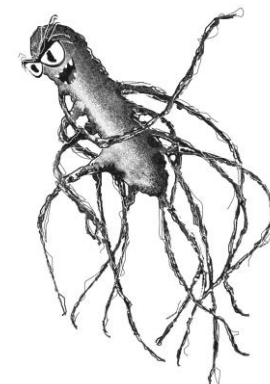


Дуже важливим є своєчасне розпізнавання захворювання. При появі найменших ознак - порушення роботи кишечника, нудоти, загальної слабкості, навіть без підвищення температури, треба звернутися до лікаря. Самолікування абсолютно недопустиме. Багато препаратів, особливо антибіотики, дають при кишкових інфекціях швидкий ефект. Хворобливі симптоми зникають, і людина вважає, що вона одужала. Однак, на жаль, це тільки здається. Неправильне лікування призводить до розвитку хронічного захворювання, різних ускладнень, зростає небезпека зараження оточуючих.

Матеріал підготувала: Зубко Л.П. зав. відділу ВОЦЗ

ВІННИЦЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ЗДОРОВ'Я

САЛЬМОНЕЛЬОЗ – НЕБЕЗПЕКА ПОРЯД!



ВІННИЦЯ 2016