«Профилактика САЛЬМОНЕЛЛЕЗНОЙ ИНФЕКЦИИ»

Острое инфекционное заболевание сальмонеллез протекает бурно. Примерно через сутки после попадания микробов в организм появляются боль в животе, тошнота, рвота, понос. Повышается температура до 37,5-38 градусов, а иногда и до 39-40 градусов. Поражаются сердечно-сосудистая система, печень и другие органы, появляются судороги, учащается сердцебиение, падает артериальное давление. У маленьких детей это заболевание протекает настолько тяжело. Иногда перед врачом стоит вопрос о спасении жизни ребенка.

**Попадают сальмонеллы к человеку тремя путями:**

с пищей, с водой, а также при контакте с больным человеком или животным.

В отличие от всех кишечных инфекций сальмонеллез поражает не только человека, но животных и птиц. Им болеют крупный рогатый скот, свиньи, куры, гуси, утки, голуби. Причем сальмонеллы проникают как во внутренние органы, так и в молоко заболевшего животного. У птиц – инфицируют яйца; как правило, сальмонеллы распологаются на скорлупе куриных яиц и в содержимом утиных. Сальмонеллы попадают и в готовые блюда. Это может произойти, если их хранят вместе с сырыми продуктами или если для обработки вареных и сырых продуктов используют один и тот же кухонный инвентарь – разделочные доски, ножи. Если 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 и 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. Поэтому заболеваемость сальмонеллезом возрастает летом, в жару. Причем опасность заражения увеличивается еще и оттого, что, размножаясь в готовом блюде, сальмонеллы не изменяют ни его внешнего вида, ни вкуса, ни запаха.

***Мясо и птицу следует хорошо проваривать или прожаривать.*** Если мясо готовится большим куском, то варить его надо не менее двух часов. Не пастеризованное молоко рекомендуем пить только кипяченым. Яйца нельзя есть сырыми, а варить их следует не менее 15 минут.

Рекомендуется ***мыть яйца перед приготовлением яичницы-глазуньи***, так как сальмонеллы могут попасть в содержимое яйца и сохраниться в слабо прожаренном желтке и белке. 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.

***Для сырого мяса и для вареных продуктов надо иметь в хозяйстве разные разделочные доски***. Если вы купили сырое мясо, птицу, положите их сначала в полиэтиленовые пакеты, а затем уже в хозяйственную сумку, чтобы они не соприкасались с другими продуктами, с хлебом.

И уж совсем ***недопустимо хранить блюда летом при комнатной температуре.*** Лучше приготовить еды столько, чтобы она не оставалась.

Заразиться сальмонеллезом можно и во время купания в пруду или озере, глотнув воды, загрязненной выделениями больных птиц и животных. Позволим себе еще раз напомнить элементарное правило, которым, к сожалению, так часто пренебрегают: пить или использовать для мытья посуды, овощей и фруктов можно только водопроводную или кипяченую воду!

Нередко причиной заболевания сальмонеллезом становятся грязные руки и предметы, больные домашние животные – кошки, собаки. Кстати, у них это заболевание протекает без каких-либо проявлений, внешне они выглядят здоровыми, а это усугубляет опасность заражения.

Контактным путем чаще заражаются дети, так как защитные силы их организма слабее, чем у взрослых, и даже минимальное количество сальмонелл может вызвать у них заболевание. Надо учить ребенка правильно обращаться с животными, не допускать, чтобы собака или кошка лизала его лицо.

Но 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 не долеченного больного. Размножаясь в желчном пузыре, они вызывают холецистит, холангит.

Кроме того, сальмонеллы долго живут в кишечнике, и «хранитель» микробов легко становится их разносчиком. Вот почему нельзя самим бороться с таким коварным заболеванием, как сальмонеллез.