***Профилактика сальмонеллеза***

Сальмонеллез – острая кишечная инфекция, характеризующаяся поражением органов пищеварения. Заболевание относится к числу повсеместно распространенных инфекций.

Возбудителем сальмонеллеза является бактерия относительно устойчивая во внешней среде, в некоторых продуктах (молоко, мясные изделия) сальмонеллы не только сохраняются, но и размножаются, не изменяя внешнего вида и вкуса продуктов. В естественных условиях основными источниками инфекции являются крупный рогатый скот, свиньи, куры, утки, собаки, грызуны и др. Ведущими факторами передачи являются пищевые продукты животного происхождения: мясо, мясные продукты, яйца.

С момента заражения и до появления первичных симптомов проходит примерно от двенадцати часов до суток. Затем проявляются характерные симптомы инфекционного заражения: температура тела возрастает до 38-39 градусов, появляется озноб и головная боль. Начинаются приступы схваткообразной боли в животе, тошнота и рвота, жидкий стул.

Чтобы избежать заболеваний сальмонеллезом, соблюдайте следующие простые правила:

При приготовлении пищи, пред едой, после посещения туалета необходимо тщательно вымыть руки с мылом. Если в семье есть больной сальмонеллезом, то соблюдать правила личной гигиены нужно особенно тщательно.

Не покупайте в неустановленных местах пищевые продукты, в том числе яйца.

Не употребляйте сырые яйца — их следует варить не менее 10-12 минут с момента закипания или тщательно прожаривать с двух сторон. Мясо, мясо птицы необходимо тщательно проваривать или прожаривать порционными кусками так, чтобы сок внутри куска был бесцветным и прозрачным.

Сырые продукты и полуфабрикаты храните отдельно от готовых блюд в одноразовой упаковке, а для их разделки используйте отдельный кухонный инвентарь — доски, ножи.

После разделки мяса, мяса птицы, сырых полуфабрикатов тщательно вымойте руки с моющим средством, вытрите их насухо одноразовой салфеткой и только после этого приступайте к приготовлению других блюд.

Блюда и продукты, хранившиеся в холодильнике более 24 часов, перед употреблением лучше подвергать тепловой обработке (мясо, котлеты, колбасу обжарьте, суп прокипятите, из творога сделайте сырники или запеканку).

Не допускайте хранение приготовленных блюд, салатов, кондитерских изделий с кремом более 2 часов вне холодильника, с целью предупреждения размножения в них сальмонелл и других болезнетворных микробов.

Не берите в дорогу вареные яйца, вареные колбасы, салаты, кремовые кондитерские изделия, блюда из мяса, мяса птицы, творога и т.п., если блюда свежеприготовленные используйте их в течение первых 2 часов.

Рекомендуется отказаться от приготовления шашлыков из птицы, поскольку среди птиц чаще встречаются носители сальмонелл.

Маленькие дети особенно подвержены заболеванию сальмонеллезом, поэтому детские смеси должны готовиться на одно кормление, вскрытые баночки с детским питанием, соком необходимо использовать в течение первых 2 часов.

Необходимо следить за чистотой игрушек. Мыть их ежедневно несколько раз в день с мылом и горячей водой***.***