

### Профилактика сальмонеллеза.

Сальмонеллёз – острая кишечная инфекция, вызываемая бактериями рода сальмонелла, и характеризующаяся поражением желудочно-кишечного тракта, нарушением водно-электролитного баланса и симптомами интоксикации.

Сальмонеллы встречаются практически повсеместно. Источниками заражения могут стать животные и люди, больные и бактерионосители. В продуктах питания – молоке, мясе, яйцах – бактерии не только длительно сохраняются, но и способны размножаться, при замораживании и высушивании они сохраняют жизнеспособность, но достаточно быстро погибают при нагревании.

Пути заражения человека многообразны: наиболее частый - пищевой, реализуется при употреблении в пищу инфицированного сальмонеллами мяса, яиц, молочных продуктов; водный путь заражения - при употреблении зараженной воды или купании; контактно-бытовой путь заражения - при контакте с больным человеком или бактерионосителем, через предметы обихода.

Клинические проявления сальмонеллёза разнообразны — от бессимптомного носительства до тяжёлых септических форм. Инкубационный период колеблется от 6 часов до 3 суток, составляя в среднем 12-24 часа. Наиболее распространенная форма заболевания - желудочно-кишечная, при которой заболевание обычно начинается остро с обильной рвотой и поносом. Наблюдаются боли, вздутие в животе, слабость, головная боль, головокружение, озноб, повышение температуры до 38-40°C, рвота, понос, боли в мышцах и суставах.

При появлении первых признаков заболевания необходимо обратиться к врачу, не занимайтесь самолечением.

**Во избежание заболевания сальмонеллезом необходимо соблюдать меры профилактики:**

- обязательно мыть руки перед едой, после посещения туалета, перед приготовлением пищи и после ухода за животными;
- не приобретать продукты сомнительного качества, в местах несанкционированной торговли, с истекшим сроком реализации, мяса - без ветеринарного клейма;
- мясо и птицу в домашнем холодильнике нужно хранить в упакованном виде, желательно на отдельной полке морозильника;
- яйца хранить обязательно в холодильнике в специальных ячейках, ячейки для хранения нужно мыть как можно чаще;
- перед приготовлением яйца нужно тщательно вымыть с мылом под проточной водой;
- варить мясо крупным куском не менее часа, птицу – не менее 40 мин., яйцо – 15 минут, от употребления сырых яиц, приготовленных всмятку или яичницы – глазуньи лучше воздержаться;
- молоко и молочные продукты перед употреблением подвергать термической обработке;
- салаты, винегреты и нарезанные компоненты салата в незаправленном виде хранить в холодильнике не более 6 часов. Заправлять салаты и винегреты и нарезанные компоненты следует непосредственно перед подачей на стол;
- при разделывании сырого мяса, птицы должна использоваться специальная доска и нож, этот инвентарь ни в коем случае нельзя использовать для нарезки хлеба, сыра и других готовых продуктов.