

Памятка о мерах профилактики сальмонеллеза.

Сальмонеллез относится к группе кишечных инфекций, характеризуется повышением температуры, тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом. Особенно тяжело заболевание протекает у детей младшего возраста, лиц пожилого возраста. Заболевание вызывается сальмонеллами, которые могут находиться в куриных яйцах, мясе кур, уток, крупного рогатого скота. Заражение человека происходит при употреблении блюд, не подвергшихся достаточной термической обработке («яичницы-глазуньи», непрожаренных шашлыков и др.). Возможно заражение контактно-бытовым путем при несоблюдении правил личной гигиены.

В целях профилактики заболевания сальмонеллезом необходимо:

- яйца перед употреблением должны быть обязательно вымыты в проточной воде; рекомендуется использовать в питании яйца, сваренные вкрутую, варить их необходимо не менее 5 минут с момента закипания; не рекомендуется употреблять сырые яйца и в виде «глазуньи»;
- при разделке сырого мяса птицы необходимо пользоваться отдельными разделочными досками и ножами, которые после использования необходимо тщательно промывать с мылом и высушивать; эти доски и ножи не должны использоваться для резки хлеба, вареных овощей и т.д.;
- соблюдайте время приготовления мясных блюд; птица должна вариться после закипания не менее 50 минут; жареная птица готова, если при прокалывании выделяется светлый, без примеси крови сок;
- скоропортящиеся продукты необходимо хранить в холодильнике; приобретенные мясо, птицу и кулинарные изделия нужно хранить в холодильнике только в упакованном виде, следует избегать соприкосновения этих продуктов с другими продуктами, которые не подвергаются термической обработке (салатами, молочными продуктами);
- покупая продукты питания, обращайте внимание на условия их продажи и конечные сроки реализации; сроки реализации можно найти на упаковке, ценнике или уточнить у продавца;
- если у Вас маленький ребенок – особенно тщательно подходите к выбору продуктов и приготовлению пищи; старайтесь приобретать продукты, на которых имеется маркировка «Для детского питания»; храните их, строго соблюдая температурные параметры и сроки реализации;
- при появлении первых признаков заболевания (недомогание, боли в животе, понос, температура) необходимо обратиться к врачу, не заниматься самолечением;

- не пренебрегайте правилами личной гигиены, следите за чистотой рук, мойте руки с мылом каждый раз перед едой и после посещения туалета.