 **САЛЬМОННЕЛЕЗ**

Как и все острые кишечные инфекции, сальмонеллез поражает пищеварительный тракт. Сальмонелла проникает в организм через рот и вызывает симптомы болезни: рвоту, учащение стула, спазмы в животе, повышение температуры тела. При тяжелом течении развивается обезвоживание организма, проявляются симптомы поражения печени, селезенки. Не существует специальной вакцины от этой болезни, поэтому **профилактика сальмонеллеза приобретает особое значение!**

Опасен сальмонеллез в больших городах с обширной инфраструктурой, скоплением населения, крупными сетями магазинов и заведений общепита. В таких условиях микроорганизм-возбудитель быстро распространяется из одного источника и может вызвать массовые вспышки заболевания.

Сальмонеллы достаточно устойчивы во внешней среде. Они хорошо сохраняются при высушивании, в воде и на предметах, остаются жизнеспособными до 3 месяцев. Даже после длительного замораживания некоторые виды сальмонелл способны вызвать симптомы заболевания. Эффективно уничтожает эти микроорганизмы температура выше 100 °C, а также дезинфицирующие средства.

**Продукты питания**

Источником заболевания является сельскохозяйственный скот (коровы, свиньи), птица. Заразиться сальмонеллезом можно, употребляя мясо и яйца от зараженных животных. Также микроорганизм легко попадает на качественные продукты извне, через загрязненные руки, предметы обихода, оборудование, инструменты.

*Сальмонелла очень коварна: после проникновения она стремительно размножается и накапливается в продуктах, не изменяя их цвет, вкус и запах.*

**Защитить себя можно на этапе выбора продуктов!!!!** Нельзя делать покупки на стихийных рынках, около дороги, в магазинах без холодильного оборудования. Нужно обращать внимание на сроки хранения, а также расположение товаров на витринах: не допускается соседство сырой и готовой пищи. При нарушении санитарных правил при хранении и приготовлении продуктов наибольшую опасность представляют следующие продукты:

* мясной фарш;
* паштет;
* вареная колбаса;
* мясные блюда и холодец;
* яйца;
* молоко и молочные продукты;
* кондитерские изделия с кремом.

Дома продукты хранят в холодильнике. Холод приостанавливает размножение сальмонелл. Сырое молоко может вызвать симптомы кишечной инфекции, поэтому его обязательно кипятят перед использованием. Овощи и фрукты моют под проточной водой, а затем ополаскивают кипяченой.

**Яйца**



Не следует покупать яйца с поврежденной скорлупой, битые, с загрязнениями. На них самих и на упаковке должна быть указана дата сортировки. Дома яйца нужно держать в холодильнике! Специальные ячейки для яиц нужно регулярно мыть с использованием моющих средств.

Перед приготовлением яиц их скорлупу тщательно моют под проточной водой с мылом. Варят продукт не менее 15 минут. Любители сырых яиц, яичницы-глазуньи, кремов с сырым взбитым белком очень рискуют своим здоровьем. Употребление таких блюд может вызвать симптомы сальмонеллеза. Особенно опасны в этом отношении яйца водоплавающей птицы, их нельзя есть сырыми!

**Мясо**

Мясо в холодильнике нужно хранить на отдельной полочке, чтобы оно не соприкасалось с готовыми блюдами. Для его разделки необходима отдельная доска и нож. Мясо птицы проваривают или тушат не менее 40 минут, а остальные сорта мяса — от 1 до 2 часов, в зависимости от размеров кусочков.

*Признаком готовности мясных блюд служит выделение прозрачного сока при прокалывании.*

Блюда из фарша, отбивные сначала обжаривают 15 минут, а затем доводят до готовности в духовке не менее 30 минут. Нельзя пробовать сырой фарш и мясо. Приготовленные блюда хранят без холодильника не более 2 часов. Перед подачей их нужно заново проваривать, хорошо разогревать. Если разогревание блюда не предусмотрено (холодец, заливное), то хранить его до употребления нужно строго в холодильнике.

**Обращение с животными**



Заразиться сальмонеллезом можно от собак и кошек. Симптомы болезни у домашних питомцев зачастую незаметны, а еще сальмонелла может находиться на их шерсти и лапах. Очень любят милых и пушистых животных маленькие дети. Необходимо объяснять им, что не следует целовать животное, брать с собой в постель, а после игры с домашним любимцем нужно обязательно вымыть руки.

этими простыми правилами.

**Личная гигиена**

Наверняка каждый человек знает, что нужно мыть руки перед приготовлением и приемом пищи, после возвращения с улицы, посещения туалета. Это правило работает и при профилактике сальмонеллеза. Чем чище и чаще будут промываться руки, тем меньше шанс подхватить кишечную инфекцию. Излюбленные места скопления микробов: дверные ручки, вентили кранов, раковина. При уборке их обрабатывают особенно тщательно.

Очень важно придерживаться правил гигиены, если в доме есть маленький ребенок. У детей младше 2 лет сальмонеллез часто вызывает симптомы сепсиса: высокую температуру, озноб, учащенное сердцебиение и поражение внутренних органов. Заражение может произойти через загрязненные микробами руки матери, предметы ухода, от больного человека. Поэтому у ребенка должна быть отдельная посуда, бутылки и соски следует мыть и кипятить после каждого применения. Одежду и пеленки стирают и проглаживают горячим утюгом.

При отдыхе около открытых водоемов необходимо при купании избегать заглатывания воды. С собой всегда нужно иметь бактерицидные влажные салфетки, чтобы обработать руки при отсутствии воды.

**Государственный надзор**

Персонал, поступающий работать на предприятия пищевой промышленности, в столовые, должен знать и применять санитарные правила, проходить ежегодный анализ на сальмонеллез. При выявлении случая кишечной инфекции у такого работника, он подлежит обязательной госпитализации в стационар. После выписки специалист допускается к работе только после двух отрицательных анализов на сальмонеллез.

*Сальмонеллезная инфекция очень часто заканчивается бактерионосительством.*

При этом состоянии симптомы болезни отсутствуют, но человек длительное время выделяет во внешнюю среду болезнетворные микробы и подвергает опасности здоровье окружающих. Поэтому санитарные правила СП 3.1.7.2616-10 предъявляют такие жесткие требования к специалистам пищевой промышленности. Защитить себя и свою семью от сальмонеллеза можно строго соблюдая гигиенические и санитарные правила.