

## КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ?

### Во избежание заболевания необходимо:

- ✦ продукты животного происхождения всегда проваривать в течение часа или тщательно прожаривать (куски мяса должны быть не толще 8-10 см, так как в более толстых кусках сальмонеллы при недлительном кипячении или прожаривании не погибают);
- ✦ отказаться от приготовления шашлыков из птицы, поскольку именно среди птиц чаще всего встречаются носители сальмонелл;
- ✦ после разделки мяса инвентарь и посуду тщательно вымыть с применением моющих средств и обдать кипятком;
- ✦ предварительно вымытые яйца употреблять в пищу только вареными (варить не менее 10 минут) или хорошо прожаренными;
- ✦ различные блюда в кляре после обжарки обязательно протушить;
- ✦ скоропортящиеся пищевые продукты, особенно в теплый период, готовить только в том количестве, которое необходимо для разового потребления;
- ✦ использовать для заправки салатов майонез заводского изготовления;
- ✦ оберегать готовую пищу от любого загрязнения, помня, что на руках, инвентаре, используемом для обработки продуктов, могут находиться микробы;

- ✦ сырое мясо, яйца хранить в холодильнике отдельно от готовых блюд;
- ✦ мороженое мясо оттаивать не в воде, а исключительно на воздухе.
- ✦ при покупке мясные, рыбные продукты и яйца не складывать в одну сумку с другими изделиями без потребительской упаковки;
- ✦ никогда не брать с собой в дорогу скоропортящиеся продукты, в первую очередь готовые блюда из птицы, яйца всмятку, кремовые кондитерские изделия;
- ✦ быть особенно внимательными при приготовлении блюд к семейным торжествам;
- ✦ строго соблюдать правила личной гигиены, если в семье есть больной сальмонеллезом.

При появлении первых признаков любого кишечного расстройства немедленно обращайтесь к врачу.

### Помните!

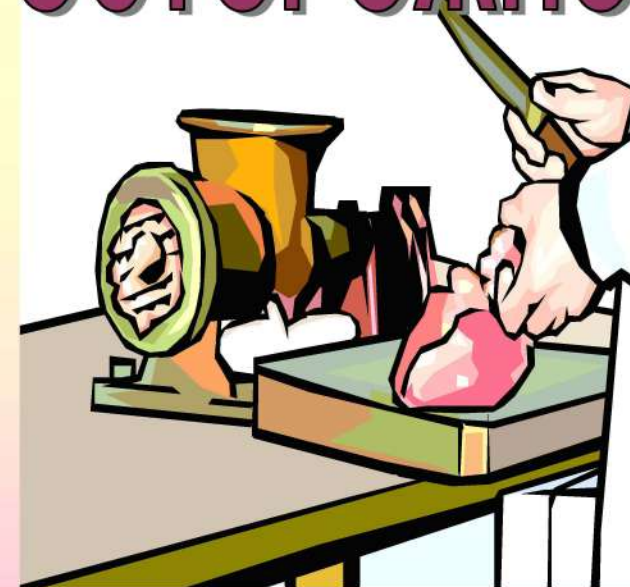
**Самолечение недопустимо!** Только специалист при помощи лабораторных исследований может поставить правильный диагноз, назначить необходимое лечение и тем самым предотвратить осложнения заболевания.

Государственное учреждение  
«Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии  
и общественного здоровья»

Брест, 2024 г.



# ОСТОРОЖНО



# САЛЬМОНЕЛЛЕЗ

**И**нфекционное кишечное заболевание - **сальмонеллез** - вызывается бактериями, принадлежащими к роду сальмонелл - кишечных паразитов животных, которых насчитывается около 2300 видов.

**ЕЖЕГОДНО В БРЕСТСКОЙ ОБЛАСТИ РЕГИСТРИРУЕТСЯ ДО 500 СЛУЧАЕВ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЭТОЙ ИНФЕКЦИЕЙ.**

**С**альмонеллы очень устойчивы во внешней среде (в пыли они сохраняют жизнеспособность до 2,5 месяцев, в почве - до 8 и в воде до 5 месяцев). Попав в пищевые продукты, сальмонеллы не только прекрасно там «выживают», но и начинают размножаться, не изменяя при этом ни внешний вид, ни вкусовые качества продукта. Например, в тушках птиц они могут сохраняться до 1 года, в солонине и рассоле - до 4-8 месяцев, соленом и копченом мясе - до 2,5 месяцев, в молоке - до 20 дней, кефире - до 1 месяца, в сливочном масле - до 4 месяцев, сырах - до 1 года.

### **КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ИНФЕКЦИЯ?**

**И**сточником заражения сальмонеллезом являются различные сельскохозяйственные и дикие животные, а также птицы. Массовое заражение продуктов сальмонеллами происходит как при жизни животных, так и вследствие нарушения санитарно-ветеринарного режима уоя и обработки туш. Даже самое современное технологическое оборудование полно-

стью не исключает возможность загрязнения туши содержимым кишечника животного. Поэтому на птицемясоперерабатывающих предприятиях проводится ветеринарная экспертиза и лабораторный контроль на обсемененность сальмонеллами выпускаемой продукции.

**В** домашних условиях процесс заражения обычно происходит при потрошении уток, кур, гусей и употреблении недостаточно термически обработанного их мяса, а также кондитерско-кремовых изделий, в которые добавляются яйца, особенно утиные или куриные. Определенно рискуют заболеть сальмонеллезом люди, употребляющие в пищу сырые яйца или недостаточно термически обработанные.

**Н**арушение температурного режима при транспортировке и хранении продуктов из мяса животных и птиц – один из самых распространенных путей заражения сальмонеллезом. Так, при комнатной температуре количество сальмонелл в мясе через сутки увеличивается в 140 раз. Особенно быстро размножаются микробы в мясном фарше, заливных, паштетах, салатах.

**И**щевые продукты, могут обсеменяться микробами через грязные руки человека, больного сальмонеллезом или носителя сальмонелл, который внешне вполне выглядит здоровым. Опасность особенно возрастает, если инфицированные люди работают в системе обще-

ственного питания, торговле, на пищевых предприятиях, в лечебных учреждениях и не соблюдают элементарные правила личной гигиены.

**О**собенно восприимчивы к сальмонеллезу дети. Мать, зараженная сальмонеллезом, при несоблюдении правил личной гигиены может передать заболевание ребенку уже в процессе родов, а в дальнейшем - при кормлении и уходе за ним. Нередки случаи заражения детей от больных сверстников через инфицированные игрушки, посуду, белье.

### **КАК ПРОТЕКАЕТ ИНФЕКЦИЯ?**

**С**крытый период болезни длится, как правило, от 4 часов до 2 суток, иногда он сокращается до 2-3 часов, реже превышает одни сутки.

**З**аболевание обычно начинается бурно: внезапно появляются головная боль, тошнота или рвота, боли в животе, водянистый понос со слизью зеленоватого цвета, повышается температура до 39-40°C. Тяжесть заболевания может быть обусловлена потерей жидкости вследствие поноса или рвоты. Иногда течение сальмонеллеза напоминает грипп.

**П**ри своевременной медицинской помощи все эти явления стихают уже в первые сутки.