**Профілактика сальмонельозу**



**Сальмонельоз** – гостре інфекційне захворювання, що характеризується переважним ураженням травної системи з розвитком вираженої інтоксикації, діареї та зневоднення організму, а іноді й сепсису. Проте, можливе і бактеріовиділення без будь-якої клінічної картини.

### Збудник сальмонельозу - бактерії роду Salmonella. Основним місцем їх знаходження  є кишківник тварин, птахів та людини. Вони дуже стійкі у зовнішньому середовищі та харчових продуктах. У кисломолочних продуктах за температури +4°С сальмонели зберігаються протягом 48 годин, у молоці за кімнатної температури – до 4-10 діб, у холодильнику – у сирах – від 7 до 13 місяців. У яйцях птахів сальмонели можуть зберігати життєздатність до 3-9 місяців, у ковбасних виробах – від 6 до 130 днів. Соління та копчення м’ясних продуктів не гарантує від зараження, оскільки у копченому м’ясі із 12-19% вмістом солі збудник зберігається до 75 днів.

### Як виникає зараження?

*Джерелом* сальмонел для людей є хвора людина або бактеріоносій збудника, хворі на сальмонельоз  дамашні тварини (ВРХ), домашні птахи, яйця  забруднені, особливо, водоплаваючої птиці. Найбільшу небезпеку становлять хворі з легкими і стертими формами хвороби.

*Механізм передачі* - фекально-оральний. Тобто збудники потрапляють в організм людини через рот з забрудненими харчовими продуктами (після вживання м’ясних, молочних продуктів, яєць та виробів з них, овочів та фруктів), водою та через брудні руки.

### Потрапляючи до організму людини, сальмонели розмножуються у тонкій кишці. Інкубаційний період (час від зараження до проявів хвороби) триває від декількох годин до 14 діб.

### Основні прояви хвороби: загальна слабкість, пронос, біль у животі, підвищення температури, можуть спостерігатися судоми гомілкових м’язів.

### Сальмонели мають здатність не лише стійко зберігатись в навколишньому середовищі, а й розмножуватись в продуктах харчування, зокрема в м’ясних, молочних,  холодці, бульйонах, паштетах та виробах із фаршу. За оптимальної температури 20-37°С незначне зараження продуктів через 4-7 годин перетворюється на масивне забруднення. При цьому не відбувається змін кольору, запаху, смаку самого продукту.

***Профілактика сальмонельозу:***

### Мийте ретельно руки з милом після відвідування вбиральні, перед приготуванням та вживанні їжі та перед годуванням немовлят;

### не споживайте продукти сумнівної якості та з закінченим терміном зберігання;

### сирі овочі та фрукти мийте під проточною водою і кип’ятіть обов’язково фляжне молоко;

### Сирі продукти тваринного походження слід відразу покласти в холодильник і зберігати їх окремо.

### Яйця, перед тим, як поскладати в холодильник, слід ретельно вимити.

### Приготовлену теплу страву з сирих яєць (соус) необхідно вжити в їжу в перші дві години після приготування. А якщо це холодна страва (майонез), то зберігати в холоді не більше доби.

### яйця водоплаваючої птиці (качині, гусині) вживайте тільки для приготування тіста, а також в страви, що підлягають достатній термічній обробці.

### Розморожувати кури слід в холодильнику. При приготуванні страв із птиці, не торкайтеся до інших продуктів.

### М’ясо і птицю необхідно добре проварювати або прожарювати невеликими шматками.

### Страви, до яких додають молоко або яєчний жовток, необхідно додатково проварити.

### Для сирих продуктів використовувати окремий посуд та приладдя, після вживання обдавати окропом.

### Дотримуватись на кухні чистоти, своєчасно прибирати сміття, харчові відходи.

Сальмонельоз реєструють протягом року, проте влітку частіше, що зумовлено погіршенням умов зберігання продуктів харчуванням.

### Ефективне лікування цього захворювання можливе лише в умовах інфекційного стаціонару.

**Не займайтесь самолікуванням! Це збереже ваше здоров’я!**

Лікар епідеміолог

ДУ «Івано-Франківський ОЦ КПХМОЗ України»

Надвірнянський районний центр Оксана Глуханюк