**Сальмонеллез и его профилактика**

**Сальмонеллезы** - это группа острых кишечных инфекций бактериального происхождения. Возбудитель - бактериальная палочка сальмонелла.

Устойчивость сальмонелл чрезвычайно высока, они остаются жизнеспособными при копчении, засолке, однако, погибают при кипячении и при прямом воздействии ультрафиолетового излучения. Замораживание зараженных продуктов не снижает жизнеспособность бактерий.

Коварство сальмонелл в том, что живя и размножаясь на продуктах, они никак не влияют на их внешний вид и вкусовые качества.

При хранении более 30 дней куриных яиц в холодильнике бактерия способна проникать через цельную скорлупу в яйцо и активно размножаться внутри желтка.

**Источники инфекции.**

Человек заражается сальмонеллезом, как правило, в результате потребления зараженных пищевых продуктов животного происхождения (в основном, яиц, мяса, домашней птицы и молока), в передаче инфекции могут быть и загрязненные овощи.

В последние годы **участились случаи заражения сальмонеллезом в результате контакта с водными черепахами**. Маленькие черепашки часто приобретаются в качестве домашних питомцев или обитателей живых уголков в школе. Особенно привлекательны они для людей, имеющих аллергию на шерсть кошек или собак. Уход за черепахами не доставляет особенных забот, с чем и связана их растущая популярность. Следует знать, что сальмонеллы является частью нормальной микрофлоры кишечника черепах, и нет никакого способа отличить здоровую черепаху от зараженной. Эти бактерии присутствуют в их помете, в воде аквариума, где обитают черепахи. После любого контакта с черепахой или местом ее обитания необходимо тщательно мыть руки, иначе, заражения не избежать.

**Как протекает болезнь?**

Для сальмонеллеза характерно резкое повышение температуры, боль в области живота, диарея, тошнота и рвота. Симптомы болезни появляются через 6-72 часа (обычно через 12-36 часов) после того, как бактерия оказалась в организме.

**Правила индивидуальной профилактики сальмонеллеза:**

* Тщательно мойте руки с мылом (особенно после посещения уборной и перед едой).
* Не приобретайте мясо, мясные изделия, птицу, яйца, творог, молоко, масло, сыр в местах несанкционированной торговли.
* Покупая яйцо, строго нужно следить за датой сортировки (она указывается как на упаковке, так и непосредственно на яйцах). Допустимый срок реализации - 25 дней.

**Важно!**

Укоренилось мнение, что можно без опасений употреблять в пищу сырое перепелиное яйцо, так как перепела не болеют сальмонеллёзом. Сторонники этой теории ссылаются на то, что перепелкам свойственна высокая температура тела (42 С), при которой сальмонеллы не размножаются. Действительно, перепелки не болеют сальмонеллезом, но являются носителями и распространителями сальмонелл, и могут стать источником заражения. Поэтому употреблять их без соответствующей термической обработки недопустимо.



* Приобретая продукты на рынке или в магазине, следует следить за соблюдением товарного соседства продуктов. Сырая и готовая продукция обязательно должна находиться на отдельных витринах и продаваться разными людьми.
* В домашних условиях соблюдать правила хранения продуктов (сырые продукты и готовая еда должны храниться отдельно).
* Регулярно мойте холодильник, тщательно очищая ячейки для хранения яиц.
* Выделите отдельные разделочные доски для сырых и готовых продуктов.
* Тщательно мойте и ошпаривайте кипятком кухонную утварь.
* Яйцо нужно варить не менее 10 минут с момента закипания, птицу — 40 минут, мясо — не менее 2 часов.
* Никогда не снимайте пробу с сырого мясного фарша.
* Не пейте сырое молоко;
* Хорошо промывайте под проточной, а затем кипячёной водой фрукты, зелень и овощи. Оптимально - ошпаривать кипятком.
* В процессе приготовления пищи мойте руки после разделки сырого мяса, рыбы, птицы, контакта с сырым яйцом.

**Берегите здоровье, осмотрительно подходите к питанию и тщательно следите за гигиеной!**

**Ирбитский территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области Ирбитский Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»**