**Информация в СМИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Руководитель:**Главный врач Филиала Федерального Бюджетного Учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» в г. Каменске-Уральском, Каменском районе, Сухоложском и Богдановичском районах | **(подписано)***подпись* | Порошкина Елена Эдуардовна*расшифровка подписи* |
|  |  |  |
| **Исполнитель:**Заведующий отделом экспертиз связанных с питанием населения Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в СО» в г. Каменске-Уральском, Каменском районе, Сухоложском и Богдановичском районах | Широбокова Мария Владимировна | 8(3439)36-47-62 |

10 марта 2020 года

**Профилактика сальмонеллеза.**

***Сальмонеллез*** – острое инфекционное заболевание, характеризующееся разнообразными клиническими проявлениями от бессимптомного носительства возбудителя (сальмонеллы) до тяжелейших форм (интоксикация, лихорадка) и преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта. Случаи заболеваний сальмонеллезами регистрируются  круглый год  и особенно,  рост заболеваемости среди населения наблюдается в летне-осенний период.

**Причины заболеваемости сальмонеллёзом:**

Употребление в пищу не достаточно термически обработанных птицы, яиц, мясных продуктов, в том числе сырых яиц, нарушение правил личной гигиены, нарушение правил приготовления продуктов питания (выявлено у всех заболевших).

С момента заражения до начала развития симптомов может пройти от 2-6 часов до 2-3 дней. Болезнь  начинается  остро. Температура тела повышается до 39°С и выше, появляются тошнота, повторная рвота, которая иногда становится неукротимой, возникают боли в подложечной области, головная боль. Затем к этим признакам болезни присоединяется понос. Стул частый, водянистый, бывает с примесью слизи, редко – крови. Возможны судороги. От больных людей сальмонеллы выделяются в течение 1-3 недель, от носителей-реконвалесцентов – в течение 1-2 месяцев. В отдельных случаях у людей, перенесших сальмонеллезы, формируется хроническое бактерионосительство и возбудители выделяются более одного года.

**Какие же меры необходимо предпринять, чтобы избежать заболевания сальмонеллезом? Они довольно простые и всем известны:**

* Не покупайте яйцо и куру в местах несанкционированной торговли.
* При покупке яйца необходимо обращать внимание на дату сортировки яиц, которая указывается на самом яйце и на потребительской таре. Срок годности яиц с даты сортировки 25 дней.
* В магазине и на рынке обратите внимание на товарное соседство сырых и готовых продуктов. Продажа сырых и готовых продуктов должна производиться в разных отделах разными продавцами.
* Создайте условия для раздельного хранения сырой от готовой продукции (колбаса, масло и т. п.). Для этого нужно использовать кастрюли, целлофановые пакеты, которые помогут изолировать продукты друг от друга. Не допускайте соприкосновения сырых и готовых изделий. Мясо, птицу в домашнем холодильнике желательно хранить на отдельной полке.
* Яйцо нужно хранить обязательно в холодильнике в специальных ячейках. Ячейки для хранения яиц нужно мыть как можно чаще. Если на скорлупе сальмонеллы не было, а ячейка холодильника загрязнена, будьте уверены, сальмонелла в вашу яичницу обязательно попадет.
* Перед приготовлением яйцо необходимо тщательно вымыть с мылом под проточной водой. Варить яйцо нужно не меньше 15-20 минут с момента закипания. Жарить яйцо желательно под крышкой также 15 минут. Любители глазуньи рискуют всегда. А от употребления сырых яиц лучше вообще воздержаться.
* Птицу необходимо также тщательно проваривать не менее 40 минут после закипания; жареная птица считается готовой, если при полном прокалывании куска выделяется светлый, без примесей сок.
* Необходимо обеспечить длительную термическую обработку мясных блюд. Варить и тушить мясо следует мелко нарезанным и не менее двух часов. Нельзя пробовать мясной фарш.
* При разделке сырого мяса, птицы в домашних условиях должна использоваться отдельная доска и нож. Эти доски ни в коем случае не должны использоваться для резки готовых продуктов: хлеба, овощей, сыра и т.п.
* Скоропортящиеся пищевые продукты (молочные, мясные, майонез, яйца) необходимо хранить в холодильнике при температуре +2°С  -  +6°С.
* Овощи и фрукты тщательно мойте проточной водой и ошпаривайте кипятком, зелень промывается проточной водой и дополнительно охлажденной кипяченой водой.
* Следить за чистотой своих рук и рук детей: всегда мойте руки перед едой и после посещения санузла с мылом! Последовательность мытья рук  (двухкратное намыливание):
- нанести мыло или мыльный раствор на ладони, тщательно оттирая ладони и тыльную часть руки, при этом обращать внимание на неровности кожи и пространства под ногтями;
- смыть водой мыльную пену с рук, намылить вторично, протереть руки и вновь смыть водой.

***Если так произошло, что, Вам, не удалось избежать заболевания***, то при появлении первых признаков заболевания (повышение температуры, расстройство кишечника, рвота, боль в животе) обязательно обратитесь к врачу в поликлинику по месту жительства или в инфекционную больницу. ***Не занимайтесь самолечением!*** Самолечение сальмонеллеза антибиотиками в домашних условиях недопустимо! Детям с признаками заболевания нельзя посещать организованные коллективы, чтобы не подвергнуть заражению других детей.

Соблюдение этих простых правил поможет сохранить, Вам, здоровье. Помните, что болезнь легче предупредить, чем лечить.

***Берегите себя!***