**Сальмонеллез и его профилактика**

Сальмонеллез – это острое инфекционное заболевание, вызванное сальмонеллами. Распространена данная инфекция повсеместно, страдают от нее и взрослые, и дети. В большинстве случаев сальмонеллез протекает с желудочно-кишечными расстройствами, симптомами обезвоживания и интоксикации. Однако у ослабленных людей и маленьких детей возможно развитие тяжелых септических форм недуга, при которых поражаются различные внутренние органы, в том числе и головной мозг. В тяжелых запущенных формах возможен летальный исход.

Источниками заражения сальмонеллезом могут быть:

- Больные люди и носители (возбудитель выделяется с испражнениями)

- Зараженные животные (домашняя птица, свиньи, рогатый скот, кошки, собаки)

- Загрязненная вода (когда в нее попадают фекалии людей или животных)

- Продукты питания (сырые яйца, мясо, непастеризованное молоко, зеленые овощи, загрязненные навозом).

Профилактика сальмонеллеза:

- Соблюдайте личную гигиену (своевременно и тщательно мойте руки с мылом при возвращении домой, перед едой, приготовлением пищи, после посещения туалета, ухода за животными)

- Соски и бутылочки у детей обязательно кипятите или стерилизуйте, своевременно мойте детские игрушки

- Не приобретайте продукты в местах не санкционированной торговли или с рук, сомнительного качества, с истекшим сроком годности

- Избегайте контакта сырых и готовых пищевых продуктов. Правильно приготовленная пища может быть загрязнена путем соприкосновения с сырыми продуктами.

- Скоропортящиеся продукты храните в холодильниках в пределах допустимых сроков хранения и температурного режима

- Для разделки продуктов (сырых и вареных, овощей и мяса) используйте отдельные разделочные доски и ножи

- Всю кухонную утварь тщательно промывайте горячей водой с использованием моющих средств

- Термическая обработка куриных яиц должны должна быть не менее 10 минут. Если в процессе приготовления используются сырые яйца, скорлупа должна быть тщательно вымыта с мыльным раствором

- Тщательно проваривайте и прожаривайте мясные продукты. Готовность изделий из мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока в месте прокола и серым цветом на разрезе продукта

- Молоко пейте только пастеризованное или кипяченое

- Не пейте сырую воду из открытых водоемов, неблагоустроенных колодцев, не используйте ее для мытья рук и посуды. Употребляйте только кипяченую или бутилированную воду.

Помощник врача по гигиене питания

Серовского отдела ФБУЗ «Центр гигиены

и эпидемиологии в Свердловской области» И. Г. Смирнова