Автор: Целуйко А. Е., врач-эпидемиолог Речицкого зонального ЦГЭ

В природе основным резервуаром сальмонеллезной инфекции являются домашние и дикие животные, особенно птицы.Они выделяют возбудитель во внешнюю среду и являются источником заражения человека при употреблении продуктов питания, а также воды, загрязненных сальмонеллами. Сами же животные – коровы, свиньи, собаки, кошки и др., домашние птицы могут переносить инфекцию в скрытой форме, что еще больше повышает опасность загрязнения ими продуктов, внешней среды, и увеличивает вероятность заражения людей. Массовое заражение продуктов сальмонеллами происходит как при жизни животных, так и вследствие нарушения санитарно-ветеринарного режима убоя и обработки туш. Следует знать, что в домашних условиях заражение может произойти при потрошении уток, кур, гусей. Известен, например, случай массового отравления людей молоком, купленным у молочницы, которая потрошила утку на столе и здесь же разливала молоко.

Основной путь заражения человека – пищевой.

Сальмонеллезы могут быть вызваны также загрязненными яйцами домашней птицы. Яичница и кремы из таких яиц приводят к тяжелейшим отравлениям. Поэтому, чтобы не заболеть, необходимо варить яйца не менее 10 минут.

Однако зараженные продукты - не единственная причина опасности. Вторая, не менее важная, причина - транспортировка и хранение в тепле птице- и мясопродуктов. Так, при комнатной температуре количество сальмонелл в мясе через сутки увеличивается в 140 раз. Особенно быстро размножаются микробы в мясном фарше, паштетах. Поэтому продукты животного происхождения всегда надо тщательно проваривать в течение часа или прожаривать. Рекомендуется отказаться от приготовления шашлыков из птицы, поскольку среди птиц чаще встречаются носители сальмонелл.

Скоропортящиеся пищевые продукты, особенно в теплый период, следует готовить только в количестве, необходимом для текущего по-требления. Готовую пищу тщательно оберегать от любого загрязнения, так как на руках, столах, инвентаре, используемом для обработки продуктов, находятся микробы.

Нельзя пользоваться одними и теми же разделочными досками и ножом для обработки разных сырых продуктов. После разделки мяса необходимо тщательно вымыть и обдать кипятком инвентарь и посуду.

Описывается такой случай: мясо птицы, как потом выяснилось, обсемененное сальмонеллами, было сварено. В процессе варки сальмонеллы погибли, и все могло закончиться вполне благополучно. Однако в посуду, в которой лежало мясо до варки, было положено картофельное пюре, где сальмонеллы быстро размножились и вызвали заболевание всей семьи или всего организованного детского коллектива.

Сырое мясо, яйца необходимо хранить в холодильнике отдельно от готовых блюд и других продуктов. При покупке яйца, мясные, рыбные продукты нельзя складывать в одну сумку с продуктами, которые не подвергаются перед употреблением термической обработке, их следует носить и хранить в полиэтиленовых пакетах или завернутыми в чистую бумагу.

Сальмонеллы могут быть внесены в пищу через грязные руки. Источником сальмонелл бывает и человек, так называемый бактерионоситель, остающийся внешне здоровым. Пищевые продукты, которые загрязняются микробами через грязные руки больного или носителя сальмонелл, зачастую являются причиной большого числа заболеваний. Опасность особенно возрастает, если инфицированные люди работают в системе общественного питания, торговых точках, на пищевых предприятиях, в лечебных учреждениях и не соблюдают элементарные правила личной гигиены.

Особенно восприимчивы к сальмонеллезу дети. Мать, зараженная сальмонеллезом, при несоблюдении правил личной гигиены может передать заболевание ребенку при кормлении и уходе.

Скрытый период болезни длится, как правило, от 4 до 24 часов. Иногда он сокращается до 2-3 часов, реже превышает одни сутки. Заболевание обычно начинается бурно: внезапно появляются головная боль, тошнота или рвота, боли в животе, водянистый понос со слизью зеленоватого цвета, повышается температура. Иногда течение сальмонеллезов напоминает грипп: озноб, температура, краснота в горле, кашель. При своевременной медицинской помощи все эти явления стихают уже в первые сутки.

Наибольшую опасность представляют мясо птиц и их яйца, а также блюда из птицы, говядины, свинины, кремовые изделия.

Поэтому хозяйкам в домашних условиях, работникам общественного питания, в детских дошкольных учреждениях, школах, пищеблоках больниц, санаториях, пионерских лагерях необходимо строго выполнять санитарно-гигиенические правила при разделке тушек уток, кур и другой живности, а также правила транспортировки сырой и готовой продукции, правила хранения и соблюдения товарного соседства, режима технологии приготовления пищи и, особенно, обращать внимание на соблюдение личной гигиены при приготовлении готовых блюд.

Загрязнение пищевых продуктов сальмонеллами может произойти и в процессе неправильного приготовления пищи, особенно, если для этого используют одну разделочную доску, нож, мясорубку, посуду как для сырой продукции, так и для готовой пищи.

Сальмонеллы - очень устойчивые во внешней среде микроорга-низмы. Они сохраняют жизнеспособность в пыли до 80 дней, в почве - до 137 дней, в кале животных - до 4 лет, в воде - до 5 месяцев. Они устойчивы к высушиванию и воздействию низких температур, поваренной соли. В кислом молоке и кисло-молочных продуктах сальмонеллы сохраняются до 5 суток. В пищевых продуктах сальмонеллы не только содержатся, но и размножаются, не изменяя при этом их внешний вид и вкусовые качества.

Немаловажное значение имеет и контактно-бытовое заражение, которое чаще всего наблюдается в детских садах, яслях, детских отделениях больниц и в домашних условиях в результате обсеменения возбудителями предметов обихода и т.д.

Инкубационный период при сальмонеллезах (от момента заражения сальмонеллезом до появления первых признаков заболевания) колеблется от 10 до 28 часов при заражении массивными дозами (заражении через пищу) и может удлиняться до нескольких суток при контактно-бытовом инфицировании.

Начало болезни у большинства заболевших острое: общее недомогание, головная боль, слабость, подъем температуры до 38-390 и выше, схваткообразные боли в животе,

рвота, потом появляется понос. Испражнения обильные, зловонные, пенистые, иногда с примесью крови, может быть потеря сознания, бред, судороги, нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы.

Коварство этой болезни в том, что она может принимать затяжной характер и растягиваться на многие месяцы особенно у детей. В случае, если вы все-таки заболели, то не занимайтесь самолечением, а срочно обратитесь к врачу, который своевременно и правильно назначит вам лечение. **Чтобы не заболеть сальмонеллезом и другими кишечными инфекциями необходимо:**

- Не употреблять скоропортящиеся продукты хранившиеся без холода;

- Не использовать в пищу яйца в сыром виде;

- Мясо подвергать тщательной термической обработке, колбасные изделия детям давайте только в отварном виде;

- Всю скоропортящуюся продукцию хранить только в холодильнике и при этом строго соблюдать товарное соседство сырой и готовой продукции с учетом сроков их реализации;

- Не заготавливать и не закупать впрок большое количество пищевых продуктов, детского питания, сметаны, творога и других молочных продуктов, колбасных изделий;

- Не приобретать мясо, на котором нет ветеринарного заключения, у случайных лиц, вне рынка, это касается и других пищевых продуктов, включая молочные;

- Строго соблюдать маркировку кухонного инвентаря (для сырой и вареной продукции);

- Не употреблять воду из водоисточников, не предназначенных для питья, а также речную воду при купании;

- Стараться пить кипяченую воду

- Не употреблять немытые овощи, фрукты, ягоды, зелень;

- Не забывать основной закон профилактики сальмонеллеза и других кишечных инфекций – тщательно мыть руки с мылом перед приемом пищи, после посещения туалета, прогулок и т.д..

Все эти несложные меры помогут избежать заболевания и сохранить ваше здоровье.