**Сальмонеллез**

**Сальмонеллез** острая кишечная инфекция, возбудителем которой является сальмонелла.

Источниками заболевания являются **домашние животные и птицы**, однако определенное значение в распространении инфекции играет и **человек** (больной, носитель). Заражение людей сальмонеллезом происходит, прежде всего, при употреблении мяса птицы или животных, изделий из фарша, а также яиц, в которых могут находиться сальмонеллы.

В таких пищевых продуктах сальмонеллы интенсивно размножаются, если нарушены условия их хранения и кулинарной обработки. С момента употребления зараженной продукции до проявления симптомов болезни может пройти от 6 часов до 3-4 суток.

Болезнь протекает тяжело, с подъемом температуры тела до 39-40°C, сопровождается тошнотой, рвотой, неоднократным жидким стулом. Особенно опасно заболевание для маленьких детей и лиц пожилого возраста.

Для предупреждения заболеваний сальмонеллезом необходимо:

* не покупать продукты на стихийных рынках, у частных лиц, которые не могут подтвердить их качество и безопасность;
* избегать контакта сырых и готовых продуктов. Отделять сырое мясо, птицу, яйца от продуктов, употребляемых в пищу без термической обработки, во время их покупки в магазине, хранения в холодильнике, на кухонном столе. Такое загрязнение может быть явным (когда сырые продукты соприкасаются с готовой пищей) или скрытым (когда для сырых и готовых продуктов используются одни и те же разделочные доски и ножи);
* правильно хранить пищевые продукты. В холодильнике при температуре +2°С – +6°С длительность хранения блюд из мяса, птицы (заливные, студни, холодцы, зельцы) не должна превышать 12 часов; колбас вареных высшего сорта – 72 часов, 2 сорта – 48 часов, колбас ливерных – 48 часов; салатов – 12 часов. Пищу для детей лучше вообще не подвергать хранению;
* тщательно проваривать или прожаривать продукты из мяса, птицы, яиц. Готовность изделий из мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока на месте прокола;
* не употреблять продукты с истекшим сроком годности, ограничить употребление яиц всмятку, яичницы-глазуньи;
* разогревать приготовленную ранее пищу до температуры не ниже +70°С. Это наилучшая мера защиты от микроорганизмов, которые могли размножиться в пище в процессе хранения (правильное хранение угнетает рост микробов, но не уничтожает их);
* как можно чаще мыть руки, обязательно после каждого посещения туалета, перед приготовлением и употреблением пищи, после контакта с животными. В процессе готовки еды мыть руки после каждого перерыва, а также после разделки сырых продуктов, таких как мясо или птица;
* содержать кухню в идеальной чистоте. Любая поверхность, используемая для приготовления пищи, должна быть абсолютно чистой. Полотенца для протирания посуды должны меняться каждый день. Ветошь и губки, используемые для мытья посуды, инвентаря, полов, обработки поверхности разделочных столов, требуют частой стирки или регулярной замены.

Соблюдение изложенных правил – надежная защита от заболеваний сальмонеллезами!