

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ по ПРОФИЛАКТИКЕ САЛЬМОНЕЛЛЕЗА

Острое инфекционное заболевание сальмонеллез чрезвычайно многолико. Чаще всего оно протекает бурно. Примерно через сутки после попадания микробов в организм появляются боль в животе, тошнота, рвота, понос. Повышается температура до 37,5-38 градусов, а иногда и до 39-40 градусов. Инфекция вызывает тяжелую интоксикацию. Поражаются сердечно-сосудистая система, печень и другие органы, появляются судороги, учащается сердцебиение, падает артериальное давление.

Сальмонеллез, особенно поначалу, иногда бывает схож с катаром верхних дыхательных путей, иногда отмечается лишь повышение температуры и общая вялость. У маленьких детей это заболевание протекает настолько тяжело, что перед врачом порой стоит вопрос о спасении жизни ребенка.

Как уберечься от сальмонеллеза?

Попадают сальмонеллы к человеку тремя путями: с пищей, с водой, а также при контакте с больным человеком или животным. Сальмонеллы попадают и в готовые блюда. Это может произойти, если их хранят вместе с сырыми продуктами или если для обработки вареных и сырых продуктов используют один и тот же кухонный инвентарь - разделочные доски, ножи.

Нужно взять за правило не употреблять мясо, не прошедшее ветеринарного контроля. Мясо и птицу следует хорошо проваривать или прожаривать. Если мясо готовится большим куском, то варить его надо не менее двух часов.

Непастеризованное молоко рекомендуем пить только кипяченым.

Куриные яйца нельзя есть сырыми, а варить их следует не менее 15 минут.

Следите за тем, чтобы и в холодильнике сырое мясо, птица не хранились в непосредственной близости с готовыми блюдами. Заразиться сальмонеллезом можно и во время купания в пруду или озере, глотнув воды, загрязненной выделениями больных птиц и животных.

Но если случилось так, что ребенок или кто-нибудь из взрослых членов семьи заболел, не старайтесь сами поставить диагноз, а тем более лечить, немедленно вызывайте врача. Сальмонеллез далеко не безобидное заболевание даже в тех случаях, когда он протекает легко. Дело в том, что сальмонеллы могут в течение длительного времени сохранять жизнеспособность в организме недолеченного больного. Размножаясь в желчном пузыре, они вызывают холецистит, холангит. Кроме того, сальмонеллы долго живут в кишечнике, и «хранитель» микробов легко становится их разносчиком. Вот почему нельзя самим бороться с таким коварным заболеванием, как сальмонеллез.

**При возникновении симптомов острой кишечной инфекции необходимо
немедленно обратиться за медицинской помощью!**

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Возбудители сальмонеллезов – бактерии рода Сальмонелла. Вызывают острое инфекционно-токсическое заболевание различной степени тяжести, которое проявляется чаще диареей, болями в животе, тошнотой, рвотой, общими явлениями интоксикации (повышение температуры тела, озноб, головная, мышечная боль).

Сальмонеллы сохраняют жизнеспособность: в пыли, на предметах быта до 80 дней; в яйцах птиц до 1 года; на яичной скорлупе до 3 недель, в воде до 5 месяцев, в высохших испражнениях животных и человека до 4 месяцев. При кипячении в бульоне сальмонеллы погибают в течение 5-7 минут. Для полного обеззараживания инфицированного мяса необходимо куски весом 0,5 кг. варить не менее 2 часов.



Инкубационный (скрытый) период заболевания длится от 2-6 часов до 7 дней (в среднем 1-2 дня).

Для человека **основными источниками сальмонелл** являются сельскохозяйственные животные (крупный рогатый скот, свиньи, овцы), птица (куры, гуси, утки). Сальмонеллы попадают в организм человека при употреблении загрязненных продуктов питания, выделяются с фекалиями.

Ведущими факторами передачи сальмонелл являются мясо, мясopодукты, птица, птицепроductы, яйцо. В яйцо сальмонеллы могут попасть через скорлупу, загрязненную выделениями или трансвариально (от инфицированной птицы к плоду).

Источником инфекции также может быть **больной сальмонеллезом человек**, или внешне здоровый **бактерионоситель**. При несоблюдении личной гигиены они могут через грязные руки, кухонный инвентарь (посуду, ножи, разделочные доски) загрязнить сальмонеллами пищу. Опасность распространения инфекции особенно возрастает, если больной сальмонеллезом или бактерионоситель работает в объектах общественного питания, торговли, предприятиях пищевой промышленности или готовит пищу в домашних условиях.

Сальмонеллы в продуктах питания могут не только длительное время сохраняться, но и интенсивно размножаться при благоприятных условиях. Сальмонеллы не изменяют внешнего вида, цвета, запаха, вкуса пищи.

При комнатной температуре количество сальмонелл в мясе за сутки увеличивается в 140 раз. Особенно быстро размножаются сальмонеллы в мясном фарше, заливных, паштетах, салатах, в том числе с майонезом.

Восприимчивость людей к сальмонеллам высокая. **Особенно восприимчивы к этой инфекции дети**. Мать, больная сальмонеллезом (или бактерионоситель) при несоблюдении правил гигиены может инфицировать ребенка при уходе, кормлении грудью, приготовлении смесей.

Для профилактики распространения сальмонеллезов в комнате, где находится грудной ребенок тщательную влажную уборку проводят ежедневно с использованием моющих средств, не допускается скопление пыли на мебели и предметах быта, 3-4 раза в день комнату проветривают. Генеральную уборку

проводят не реже 1 раза в 7 дней. Для кормления грудного ребенка выделяется определенное место в комнате.



Перед кормлением ребенка мать должна обязательно вымыть руки, дважды намыливая мылом, затем насухо вытереть их одноразовой салфеткой или индивидуальным

полотенцем.

При использовании для кормления, сцеженного грудного молока, сцеживание проводят в стерильную (прокипяченную в течение 30 минут) бутылочку. Используют грудное молоко непосредственно после сцеживания.

Приготовление детских смесей лучше осуществлять непосредственно перед каждым кормлением. Приготовленные смеси используются в течение 3 часов с момента приготовления.

Использованные бутылочки промывают проточной водой, замачивают в течение 15-20 минут в 2% растворе пищевой соды, затем тщательно промывают горячей водой. Бутылочки моют с применением ерша. Вымытые бутылочки подсушивают и обеззараживают кипячением в течение 30 минут, затем просушивают и хранят в условиях, исключающих их загрязнение.

После обработки посуды ерши промывают проточной горячей водой с моющим средством для посуды, кипятят в течение 30 минут, хранят в сухом виде.

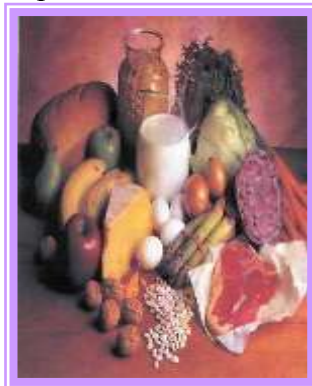
Соски промывают проточной водой, замачивают в течение 15-20 минут в 2% растворе питьевой соды, затем тщательно промывают горячей водой. Обеззараживают кипячением в течение 30 минут в специально выделенной емкости. После кипячения воду сливают, не снимая крышки, хранят в этой же емкости до следующего использования.

В процессе пеленания ребенка соблюдаются правила гигиены, направленные на предотвращение возможного попадания на кожу и слизистые ребенка возбудителей инфекционных болезней. Для пеленания выделяют определенное место или столик. Одежда матери должна содержаться в чистоте. Перед переодеванием (распеленанием) ребенка следует вымыть руки, намыливая их дважды, тщательно просушить одноразовой салфеткой. Подмывают ребенка под теплой проточной водой. Подмытого ребенка вытирают одноразовой салфеткой или индивидуальным полотенцем. Использованные подгузники (пеленки) собирают в полиэтиленовый пакет, который после окончания процедуры удаляют из детской комнаты.

Дети младшего возраста особенно подвержены заболеванию сальмонеллезом, они могут заразиться от больных сверстников через инфицированные соски, игрушки, посуду, белье. Игрушки, которые ребенок берет в рот необходимо мыть ежедневно с использованием моющих средств и тщательно споласкивать под проточной водой. Посуда и белье ребенком должны использоваться индивидуально. Если у матери или других членов семьи появились симптомы острого кишечного заболевания, необходимо немедленно обратиться к врачу, заболевшего лучше госпитализировать в

инфекционную больницу, чтобы предотвратить заражение ребенка.

Чтобы избежать заболеваний сальмонеллезом, соблюдайте следующие простые правила: При приготовлении пищи, перед едой, после



посещения туалета необходимо тщательно вымыть руки с мылом. Если в семье есть больной сальмонеллезом, то соблюдать правила личной гигиены нужно особенно тщательно.

• Не покупайте в неустановленных местах пищевые продукты, в том числе яйца.

• Не употребляйте сырые яйца - их следует варить не менее 10-12 минут с момента закипания или тщательно прожаривать с двух сторон. Мясо, мясо птицы необходимо тщательно проваривать или прожаривать порционными кусками так, чтобы сок внутри куска был бесцветным и прозрачным.

• Сырые продукты и полуфабрикаты храните отдельно от готовых блюд в одноразовой упаковке, а для их разделки используйте отдельный кухонный инвентарь - доски, ножи.

• После разделки мяса, мяса птицы, сырых полуфабрикатов тщательно вымойте горячей проточной водой с моющим средством кухонный инвентарь (мясорубку, ножи, разделочные доски, посуду).

• После разделки мяса, мяса птицы, сырых полуфабрикатов тщательно вымойте руки с моющим средством, вытрите их насухо одноразовой салфеткой и только после этого приступайте к приготовлению других блюд.

• Блюда и продукты, хранившиеся в холодильнике более 24 часов, перед употреблением лучше подвергать тепловой обработке (мясо, котлеты, колбасу обжарьте, суп прокипятите, из творога сделайте сырники или запеканку).

• Готовьте блюда в количестве, необходимом для однократного употребления, обязательно соблюдайте меры личной гигиены, технологию приготовления блюд, особенно длительность их термической обработки.

• Не допускайте хранения приготовленных блюд, салатов, кондитерских изделий с кремом более 2 часов вне холодильника. с целью предупреждения размножения в них сальмонелл и других болезнетворных микробов.

• Не берите в дорогу вареные яйца, вареные колбасы, салаты, кремные кондитерские изделия, блюда из мяса, мяса птицы, творога и т.п., если блюда свежеприготовленные используйте их в течение первых 2 часов.

• Напоминаем мамам, что маленькие дети особенно подвержены заболеванию сальмонеллезом, поэтому детские смеси должны готовиться на одно кормление, вскрытые баночки с детским питанием, соком необходимо использовать в течение первых 2 часов.

• Обучайте детей навыкам личной и общественной гигиены, ведите разъяснительную работу по профилактике сальмонеллеза среди подростков, особенно в летнее время и на отдыхе.

Помните!

При появлении первых признаков кишечного заболевания немедленно обращайтесь к врачу.