

О профилактике ОКИ и сальмонеллеза в летний период

03.06.2025

Теплый сезон – это не только время отдыха, но и достаточно уязвимый период для нашего организма. Абсолютным лидером весенне-летних болезней у взрослых и детей являются бактериальные острые кишечные инфекции. В летний период повышается температура воздуха и воды в открытых водоемах, что создает оптимальные условия для размножения и накопления большинства возбудителей ОКИ в окружающей среде, пищевых продуктах, воде, предметах домашнего обихода, и как следствие – возрастает вероятность их возникновения. Среди бактериальных ОКИ чаще встречается сальмонеллез.

Сальмонеллез - острое инфекционное кишечное заболевание, вызываемое многочисленными возбудителями из рода сальмонелл. Они устойчивы во внешней среде, переносят низкие температуры, но быстро погибают при высоких. Способны активно размножаться в пищевых продуктах, особенно в мясе, яйцах, масле, молоке и изделиях из них. Инкубационный период колеблется от 6 часов до 7 суток, в среднем 12–24 часа. Как правило, начало заболевания острое: озноб, повышение температуры до 38–39 градусов, головная боль, общая слабость, схваткообразные боли в животе, тошнота и рвота, стул жидкий от 5 до 10 раз в сутки. Источник инфекции — больные животные и человек. Наибольшую опасность представляет инфицированные домашние животные (крупный рогатый скот, свиньи, овцы и др.) и птицы (куры, утки и др.). Основным путем заражения сальмонеллезом - пищевой. Основными факторами передачи (причиной) инфекции являются яйцо и мясо птицы, различные блюда из них. Часто причиной заболевания могут быть мясное суфле, студни, салаты, кремовые пирожные. У детей раннего возраста инфекция распространяется контактно-бытовым путем.

Чтобы предохранить себя и детей от заболевания необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой, перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией и после посещения туалета;
- перед употреблением тщательно мыть овощи, фрукты, ягоды, а для детей младшего возраста использовать кипяченую или бутилированную воду;
- использовать отдельные разделочные доски и ножи для сырой и готовой продукции, не готовить заблаговременно (более суток) рубленое мясо, в холодильнике стараться не помещать на одну полку готовые блюда и сырое мясо и рыбу.
- хранить продукты в местах, защищенных от насекомых, грызунов, домашних животных;
- использовать при транспортировке и хранении продуктов питания чистую упаковку (полиэтилен, бумагу, контейнеры для пищевых продуктов и т.п.),

для скоропортящихся пищевых продуктов – сумку-холодильник либо хладагенты;

- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

- скоропортящиеся пищевые продукты (мясные полуфабрикаты, салаты, творог, молоко, выпечка с мясной, овощной и сырной начинкой, чебуреки, хачапури, беляши, кремовые изделия) необходимо покупать только в торговых объектах, оснащенных холодильным оборудованием;

- не стоит покупать замороженные продукты, в том числе мороженое, в деформированной упаковке со слипшимся содержимым. Скорее всего, они подвергались размораживанию.

Важно помнить, что на упаковке молочных и кисломолочных продуктов, соков, салатов промышленного производства и др. указан срок годности, рассчитанный при условии соблюдения целостности упаковки и условий хранения. В случае вскрытия или нарушения упаковки срок годности таких продуктов, как правило, значительно сокращается.

При покупке продуктов питания обязательно уточните у продавца наличие документов, удостоверяющих их качество и безопасность!

Материал подготовлен помощником врача-эпидемиолога санитарно-эпидемиологического отдела ГУ «Дятловский райЦГЭ» Шапурко Екатериной Ярославовной