

Среди многочисленных инфекционных кишечных заболеваний одно из лидирующих мест занимает **сальмонеллёз**. Ежегодно в Республике Беларусь регистрируется свыше 5 тысяч случаев заболеваний сальмонеллёзом, а в Минске – от 1 до 1,5 тысяч.

### Что такое сальмонеллёз?

Это острая инфекционная болезнь человека и животных, характеризующаяся преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта. Возбудители – микроорганизмы, принадлежащие к роду сальмонелл, получившие свое название по имени американского ветеринарного врача Сальмона. В настоящее время число выявленных представителей рода сальмонелл приближается к 2000. Они выделяются из кишечника большими животными, птицами и людьми.

**Сальмонеллы** – это мелкие бактерии, которые длительно сохраняют жизнеспособность в окружающей среде и пищевых продуктах и даже размножаются в них, не изменяя при этом внешний вид и вкус продукта. При заражении продуктов они могут жить: в колбасных изделиях от 60 до 130 дней, в замороженном мясе, сырых яйцах от 6 до 13 месяцев, в яичном порошке до 9 месяцев, твердых сырах до 1 года, на замороженных овощах и фруктах от 2-х недель до 2,5 месяцев, в молоке до 20 дней.

В испражнениях животных они сохраняются до 4-х лет, почве до 9 месяцев, воде открытых водоемов, питьевой воде они живут до 120 дней, в комнатной пыли - 1,5 года. Употребление продуктов, воды, загрязненной фекалиями, как правило, служит первопричиной заражения человека сальмонеллезом. Оптимальной температурой для размножения сальмонелл является 35-37°C (температура тела человека). При температуре 5°C (температура холодильника) рост сальмонелл может прекращаться, но возбудитель хорошо сохраняется. Рост этих возбудителей могут подавлять или ограничивать высокие концентрации соли и сахара. При замораживании они сохраняются длительное время.

### Источники и механизм заражения

**Источником возбудителя инфекции** для человека являются:

- ☀ **Больные сальмонеллезом люди или бактерионосители** (внешне здоровые лица), которые выделяют во внешнюю среду возбудителя инфекции с фекалиями.



- ☀ **Больные сальмонеллёзами животные, птицы или продукты их недоброкачественной переработки.**

**Заражение продуктов питания сальмонеллами** происходит как при жизни животных, так и вследствие нарушения санитарно-ветеринарного режима уоя и обработки туш.



**Заражение сальмонеллёзом пищи** может произойти как в домашних условиях, так и в предприятиях торговли, общественного питания, при транспортировке, при хранении с нарушением температурного режима (при комнатной температуре количество сальмонелл в мясе через сутки увеличивается в 140 раз). Особенно быстро размножаются микробы в мясном фарше, недодержанных шашлыках, паштетах, винегретах, салатах.

**Заражение воды открытых водоемов** происходит в случае смывания в водоем, предназначенный для купания людей или водопотребления, особенно в период весеннего паводка, сточных вод от ферм и сельскохозяйственных угодий.

**Заражение сальмонеллами яиц** происходит от больной птицы, которая через желток может передавать потомству болезнь по наследству и при загрязнении скорлупы содержимым клоаки.

Употребление сырых яиц, яичницы - глазуньи и кремовых изделий из таких яиц приводят нередко к тяжелейшим пищевым отравлениям.



**Заражение в домашних условиях - происходит при:**

- ☀ нарушении технологии приготовления пищи;
- ☀ несоблюдении правил личной гигиены;
- ☀ при несоблюдении надлежащих условий и сроков хранения продуктов.

**Невымытые руки человека** после посещения туалета очень часто являются причиной заболеваний сальмонеллезом, т.к. возбудители могут быть внесены в пищевые продукты, на поверхность посуды, дверных ручек и т.д.

**Восприимчивы к сальмонеллезу взрослые и особенно дети**, которые могут заразиться от родителей, других лиц, ухаживающих за ними. Дети могут передавать инфекцию друг другу через руки, игрушки и другие предметы.

**Заражение в общественных местах.** Работники торговли, общественного питания, посторонние лица, привлекаемые для приготовления пищи в случаях семейных торжеств могут быть источником возникновения инфекции у значительного количества людей. В случае нарушения правил термической обработки пищи, отсутствия достаточного количества холодильного оборудования для хранения большого количества скоропортящихся продуктов, нарушения сроков хранения заранее приготовленных блюд, правил товарного соседства и др.

### Течение болезни

**Заболевание, как правило**, начинается через 4-6 часов от момента заражения, иногда инкубационный период может длиться 1-3 суток.

Оно проявляется остро после кратковременного чувства дискомфорта, возникают рвота, схваткообразные боли в животе, у большинства больных водянистый понос со слизью зеленоватого цвета. Развитие заболевания сопровождается подъемом температуры до 38-39°C, ознобом, головной болью, болями в мышцах и суставах. Иногда течение сальмонеллёза напоминает грипп: озноб, температура, краснота в горле, кашель.

### Лечение сальмонеллёза

**При появлении первых признаков кишечного заболевания необходимо медленно обратиться к врачу** и рассказать ему что было съедено, выпито накануне или с кем больной общался в ближайшие 2-3 дня. **Самолечение недопустимо.** Только врач с помощью лабораторных исследований может поставить правильный диагноз, назначить необходимое лечение и предотвратить осложнение заболевания.

**Лёгкая форма заболевания - лечится на дому.**

**Стационарное лечение - показано при среднетяжёлых и тяжёлых формах болезни, детям раннего возраста, пожилым людям, лицам, относящимся к определённым профессиям: работники пищевых предприятий, детских дошкольных учреждений, системы водоснабжения и т.п.**

Чтобы уберечь себя от заболевания, необходимо помнить:

☀ **Продукты** - всегда подвергать достаточной термической обработке. Исключить подогревание пищи, предпочитать кипячение. Продукты животного происхождения надо тщательно проваривать в течение часа или прожаривать. Куски мяса должны быть не толще 8-10 см, так как в более толстых кусках сальмонеллы при недлительном кипячении выживают.



☀ **Скоропортящиеся пищевые продукты** - особенно в теплый период, следует готовить только в количестве, необходимом для текущего потребления. Готовую пищу тщательно оберегать от любого загрязнения, так как на руках, столах, инвентаре, используемом для обработки продуктов, могут находиться сальмонеллы.

☀ **Сырые мясные, рыбные продукты, яйца** - необходимо хранить в холодильнике отдельно от готовых блюд и других продуктов. **Мясные, рыбные продукты** заворачивать в пергамент, алюминиевую фольгу, полиэтиленовые пакеты, предназначенные для пищевых продуктов или помещать в стеклянную, эмалированную посуду. В холодильнике не должны лежать испорченные припасы.

☀ **Мороженое мясо** - следует оттаивать не в воде, а исключительно в холодильнике, на нижней полке (сок мяса не должен капать на другие продукты).

☀ **Исключить из меню** - бутерброды с сырым мясом, не пробовать сырой фарш.

☀ **Яйца и тушки птиц** - мыть под проточной водой, после чего мыть руки с мылом; варить яйца не менее 10 минут.

☀ **Внимательно и тщательно** - готовить шашлыки, особенно из мяса птицы.

☀ **Соблюдать** - указанные на упаковке сроки реализации продуктов.

☀ **Готовить молочные смеси для детей** - на одно кормление, в чистой посуде, в соответствии с рекомендациями предприятия-производителя по технологии приготовления.

☀ **Пользоваться** - разными разделочными досками и ножами для обработки сырых и готовых продуктов. После разделки мяса необходимо тщательно вымыть и обдать кипятком инвентарь и посуду.

☀ **Содержать в чистоте** - все кухонные поверхности и одежду, в которой обычно осуществляется приготовление пищи.

☀ **Столовую и кухонную посуду ошпаривать** - в помещениях проводить уборку с моющими средствами (обязательно мыть ручки дверей, унитазов).

☀ **Следить за чистотой игрушек** - мыть их ежедневно не менее 2-х раз в день горячей водой с мылом.

☀ **Постоянно** следить за состоянием своего здоровья и своих близких.



# САЛЬМОНЕЛЛЁЗ



**Помните! Соблюдение этих правил предохранит Вас и ваших близких от заболевания сальмонеллезом и сохранит здоровье на долгие годы!**

Автор:

Кретова С.Ф. - заведующая противоэпидемиологическим отделением МГЦГЭ

Редактор:

Арский Ю.М.

Компьютерная верстка и оформление:

Згирская И.А.

Ответственный за выпуск:

Тарашкевич И.И.