

Осторожно! Сальмонеллез!



Сальмонеллёз – острое кишечное инфекционное заболевание, которое характеризуется разнообразными клиническими проявлениями от бессимптомного носительства до тяжелых септических форм. Вызывают заболевания многочисленные возбудители из рода сальмонелл (*Salmonella*). В настоящее время этот род насчитывает более 2,5 тысяч

разновидностей патогенных микроорганизмов.

Главной особенностью сальмонелл является их чрезвычайно высокая устойчивость к воздействию факторов внешней среды. Так, например, сальмонеллы остаются жизнеспособными в замороженном мясе до 6-12 месяцев. Соление и копчение не убивают сальмонеллы. Засолка способствует гибели микроорганизмов только при концентрации соли более 18 %. В кисломолочной продукции сальмонелла может находиться более месяца, а в сырах – до года. При комнатной температуре бактерии активно размножаются в пищевых продуктах, особенно мясных и молочных, при этом внешний вид и вкус пищи не меняется. Губительной для сальмонелл является высокая температура.

Источниками возбудителя инфекции могут быть больные сальмонеллезом животные, птицы, люди или носители инфекции, а также бактерионосители.

Заражение сальмонеллезом происходит при употреблении в пищу продуктов из мяса животных (говядина, свинина), мяса птицы. При недостаточной термической обработке сальмонеллы могут сохраняться и размножаться в мясе, яйце (например, при приготовлении шашлыка, яичницы-глазуньи). Часто заражение происходит при употреблении сырых яиц. Благоприятными для размножения сальмонелл продуктами являются мясной фарш, студни, субпродукты, а также кондитерские изделия с белковым и заварным кремом.



Однако сальмонеллы могут попасть в организм человека и с другими продуктами. Обсеменение сальмонеллами готовых блюд может происходить уже после термической обработки. Нередко микробы попадают в готовые блюда при их разделке на тех же столах или досках, на которых разделывали сырое мясо, мясо птицы или при использовании того же кухонного инвентаря (разделочные доски, ножи, мясорубка, блендер и т.п.).

Очень восприимчивы к сальмонеллезу дети. Мать, больная сальмонеллезом, при несоблюдении личной гигиены может передать заболевание ребенку при кормлении и уходе за ним. Дети могут заразиться от больных сверстников через инфицированные игрушки, общую посуду.

Не исключен и водный путь передачи сальмонеллеза, например, при заглатывании воды во время купания в водоемах, где плавает птица.

Инкубационный период с момента заражения варьирует от нескольких часов до 3-4 дней (максимальный период – 7 дней).

Заболевание начинается остро, повышается температура тела, отмечаются общая слабость, боли в животе, тошнота, рвота, многократный жидкий стул. При тяжелом течении заболевания наблюдаются обезвоживание, увеличение печени и селезенки. Возможно развитие почечной недостаточности. Тяжелее заболевание протекает у детей раннего возраста и лиц старше 60 лет.

Чтобы уберечь себя и своих близких от сальмонеллеза, необходимо соблюдать предельно простые правила профилактики:

- сырые и готовые продукты питания храните отдельно в упакованном виде;
- скоропортящиеся продукты храните обязательно в холодильнике при температуре от +2 до +6°C;
- обращайте внимание на сроки годности при покупке продуктов в магазине, на рынке;
- соблюдайте сроки хранения скоропортящихся продуктов питания;
- не пробуйте сырое мясо, фарш при приготовлении блюд из них;
- не употребляйте в пищу сырое яйцо;
- перед использованием яиц для приготовления различных блюд необходимо вымыть скорлупу с мылом;
- при приготовлении пищи для сырых и готовых продуктов используйте отдельные разделочные доски, ножи и посуду;
- должна быть достаточная по времени термическая обработка пищевых продуктов;
- заправляйте салаты непосредственно перед их подачей на стол, салатную нарезку в не заправленном виде храните в холодильнике;
- не покупайте продукты у случайных лиц в местах несанкционированной торговли;
- не пробуйте на рынке реализуемые продукты питания с прилавка;
- если ребенок находится на искусственном вскармливании, то молочная смесь или другое детское питание следует готовить непосредственно перед кормлением, в исключительных случаях приготовленную для следующего кормления бутылочку со смесью храните в закрытом виде в холодильнике;
- соски необходимо кипятить и хранить в сухом виде в чистой закрытой посуде;
- защищайте пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции.

Основной мерой профилактики любой кишечной инфекции является соблюдение правил личной гигиены:

- тщательно мойте руки с мылом при возвращении домой, перед едой, перед приготовлением пищи, при уходе за маленькими детьми, после общения с животными и посещения туалета;



- следите за чистотой поверхности кухонного и обеденного столов;
- содержите в чистоте свое жилище;
- защищайте пищу от насекомых, грызунов и домашних животных - возможных переносчиков инфекции.

АВТОР

Врач-эпидемиолог

Былич Валентина Александровна

июль 2026