

Кишкові інфекції – захворювання травного тракту час від зараження до перших клінічних проявів таких як підвищення температури тіла, пронос, блювання триває від декількох годин до кількох діб. До кишкових інфекцій відносяться такі небезпечні захворювання як черевний тиф, дизентерія, сальмонельоз, гастроентероколіти. Всі ці хвороби виникають внаслідок вживання інфікованих харчових продуктів або води, які проникають в організм

людини через брудні руки, продукти харчування. Тобто збудники кишкових інфекцій передаються за допомогою фекально - орального механізму, харчовим, водним, контактно-побутовим шляхами. Факторами передачі є м'ясо, яйця, вода, кухонний інвентар, руки, мухи, тощо. Важливим є те, що наявність збудників, їх розмноження в продуктах харчування не впливає на їх смакові якості. Інфіковані продукти на смак і вигляд не відрізняються від безпечних та якісних.

Джерелом збудника інфекції може бути, як хвора людина з клінічними проявами інфекції так і здорова - «носій». Носії становлять епідеміологічну небезпеку, оскільки вони ведуть активний спосіб життя, при цьому контактують зі здоровими людьми.

Для того, щоб, вберегти себе та свою сім'ю від гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь Державна установа «Черкаський обласний лабораторний центр Міністерства охорони здоров'я України» рекомендує дотримуватись простих правил:

– не купувати на ринках, тим більше на стихійних, готових страв, виготовлених в домашніх умовах (тістечка, торти, м’ясні вироби та будь-які консервовані продукти), сире м’ясо та свіжу рибу, які не пройшли ветеринарно-санітарну експертизу;

– при купівлі харчових продуктів та напоїв у торгівельній мережі обов’язково звертати увагу на терміни та умови зберігання продуктів. При найменшій підозрі вимагати у продавця документи, що підтверджують якість та безпеку реалізованої продукції, в разі їх відсутності – краще відмовитись від купівлі продукту харчування;

– не допускати споживання харчових продуктів та напоїв, у яких закінчився термін зберігання, або при сумніві щодо їх доброякісності;

– при виїзді на природу та здійсненні подорожі не рекомендується брати в дорогу продукти, що швидко псуються (ковбасні, молочні, кулінарні, кондитерські вироби);

– окремо зберігати сирі та готові продукти;

– виключати приготування багатокомпонентних страв, що не мають достатньої термічної обробки (паштети, салати, заправлені майонезом, тощо);

– не готувати страви із запасом. Приготовлені страви бажано споживати відразу, а у випадку їх повторного споживання - піддавати повторній термічній обробці;

– не допускати використання води для пиття та приготування їжі із невідомих джерел;

– при споживанні овочів, фруктів їх необхідно добре промити питною водою, а при споживанні дітьми бажано обдати окропом;

– забезпечити захист продуктів та готових страв від мух;

– дотримуватися правил особистої гігієни.

При появі перших ознак кишкового захворювання необхідно терміново звернутись до найближчої лікувальної установи або викликати «швидку» допомогу та не займатись самолікуванням.

Доброго вам здоров’я!