



Bez obzira na nešto niže temperature, i dalje je pred nama još jedan ljetni mjesec, te podsjećamo na opasnosti od Salmonele, bakterije koja uzrokuje brojna trovanja hranom prvenstveno u nedovoljno termički obrađenom mesu, mlijeku, jajima i proizvodima od jaja poput sladoleda, kolača i drugih. Najčešće oboljevaju djeca, a preventiva je temeljito pranje ruku, radne plohe i podgrijavanje hrane.

Što su salmoneloze? Kako prevenirati bolest?

- bolesti ljudi i životinja karakterizirane jakim bolovima u trbuhu, proljevom, mučninom i povišenom temperaturom, a pripadaju skupini bolesti uzrokovanih kontaminiranom hranom, tj. otrovanjima hranom (toksoinfekcije).

Što je uzročnik bolesti?

- bakterije iz roda Salmonella, vrlo raširene uprirodi te u crijevima životinja i čovjeka;

Gdje se nalaze?

- u zemlji, vodi i biljkama, ali ih se može naći i u mesu, mlijeku, jajima, mesnim prerađevinama, mliječnim proizvodima te proizvodima od jaja;

Tko najviše oboljeva?

- stariji ljudi, djeca, trudnice, kao i ljudi smanjenog imuniteta;
- u Republici Hrvatskoj se godišnje registrira oko 25 epidemija salmoneloze, a oboli u prosjeku oko 3500 ljudi*(*podaci HZJZ)

Koji su načini prijenosa?

- konzumiranjem nedovoljno termički obrađene hrane (meso, jaja, mlijeko i njihove prerađevine);
- rukama zaražene osobe koja rukuje hranom;
- kontaminiranim priborom ili preko radne površine.

Koji su simptomi bolesti?

- započinju nakon inkubacije od 12 do 24 sata;
- akutna bol u truhu;
- povišena temperatura;
- glavobolja, mučnina, proljev i ponekad povraćanje;
- traju nekoliko dana, a ponekad i mnogo duže, ovisno o imunitetu osobe i tipu bakterija Salmonella.

Kako se dijagnosticira?

- izolacijom uzročnika iz stolice oboljele osobe.

Kako se liječi?

- mirovanjem, konzumiranjem tekućine i strogom dijetom;
- u težim slučajevima potrebna je hospitalizacija.

Kako prevenirati bolest?

- kulturom prehrane, osobnom higijenom;
- hranu treba termički obraditi na temperaturi iznad 65° C i konzumirati u roku od najdulje 2 sata nakon obrade ili je čuvati u hladnjaku na temperaturi ispod 8° C;
- zaštititi hranu od kontakta s insektima;
- najvažnija preventivna mjera: dobro pranje ruku i pribora za obradu namirnica, te radne površine na kojoj se hrana pripravlja;
- jaja dobro ispeći ili skuhati;

- piletinu treba dobro ispeći ili skuhati i konzumirati odmah, ne ostavljati za večeru ili za sutradan - poseban izvor bakterija je meso uz kost;
- polukrvavo, nedovoljno pečeno meso s roštilja ljeti treba izbjegavati;

ZAPAMTITE!

- Prije rukovanja s hranom obavezno perite ruke, radne površine i pribor vrućom vodom i deterdžentom;
- Prije termičke obrade namirnice temeljito operite;
- Namirnice koje kuhate potpuno termički obradite;
- Izbjegavajte pripreme jela od termički neobrađenih jaja;
- Pripremljeno jelo ne smije stajati duže od 2-3 sata na sobnoj temperaturi;
- Odmrzavanje hrane, kao i podgrijavanje, obavite u što kraćem roku bez duljeg stajanja na sobnoj temperaturi;
- Sirovu hranu odlažite u zatvorene i zasebne posude te držite u hladnjaku na temperaturi ispod 8° C

Objavljeno na web stranicama Hrvatske agencije za hranu www.hah.hr

UPPT.hr