

Остерегайтесь пищевых отравлений в праздники

Майские праздники не за горами, и многие из нас уже предвкушают пикник на природе. Однако, как отмечают медицинские работники, **одним из самых популярных последствий празднования является пищевое отравление.** Недостаточно прожаренное мясо, некачественные продукты, плохо вымытые овощи, посуда, грязные руки могут стать **причиной пищевого отравления.** С пищей могут передаваться возбудители острых кишечных инфекций. Также отравление провоцируют продукты с истекшим сроком годности или те, что хранились в неправильных условиях.

Собираясь на дачу или в поездку на природу, перед тем, как приобретать продукт, обратите внимание на то, что написано на этикетке. Проверьте дату производства и срок годности.



Любителям шашлыков не стоит приобретать мясные продукты в неустановленных местах: у остановок транспорта, за территорией рынка, да и просто на улице, потому что контроля за качеством и безопасностью там нет никакого. Такие «продавцы» не несут ответственности по Закону РФ «О защите прав потребителей», так как предпринимателями, как правило, не являются, условий для хранения товара у них нет, ветеринарно – санитарное освидетельствование их продукция не проходила, соответственно и нет документов, подтверждающих их безопасность.

Кроме того, не приобретайте с рук вяленую рыбу домашнего приготовления и домашние консервы - велик риск отравления **ботулотоксином** со смертельным исходом. Основным источником **сальмонеллезной инфекции** являются домашняя и дикая птица, их яйца, рыба, раки и др. Заболевание, чаще всего, связано с употреблением мяса птицы, субпродуктов, сырых яиц и приготовленных из них кулинарных изделий и блюд, **не подвергшихся правильной**



и достаточной термической обработке, а также приготовленных в домашних условиях кремов, майонеза, картофельного пюре с добавлением сырых яиц. Источником обсеменения продуктов **стафилококковой инфекцией** могут также явиться сельскохозяйственные (коровы, козы, овцы) больные маститом, дерматитом и другими поражениями кожных покровов вымени, молочные продукты, такие как молоко, творог, сыры, сметана, масло от таких животных будут опасны. **Поэтому важно приобретать продукты в узаконенных местах, где обеспечен ветеринарно – санитарный контроль их качества – на официальных рынках, торговых центрах и магазинах.**



Чаще всего люди готовят свиной и куриный шашлык: мясо должно быть розовым, выглядеть привлекательно, без посторонних запахов. Некоторые в целях экономии времени покупают уже замаринованное мясо. Однако часто для таких заготовок используется уже не свежее мясо. А с помощью чрезмерного добавления перца и лука недобросовестные продавцы стараются скрыть непривлекательный цвет и появившийся «душок».

Для сохранения качества продукта очень важно соблюдать его температурный режим и правила хранения! Конечно, если на даче есть холодильник, то это упрощает проблему безопасности питания. А если нет? Тогда набор продуктов необходимо пересмотреть. Нельзя брать с собой никаких жареных пирожков, беляшей, котлет и сосисок в тесте, чебуреков, срок хранения этих продуктов не более 3-х часов с момента приготовления. Чем выше температура окружающей среды, тем меньше нужно времени для накопления энтеротоксина. Если блюда после приготовления остаются какое-



то время при комнатной температуре (особенно салаты заправленные сметаной, майонезом, кремовые кондитерские изделия), то в них создаются условия для размножения стафилококков и выработке токсина. Поэтому категорически не рекомендуется готовить салаты впрок, заправлять их майонезом, сметаной, особенно дома, и везти их потом на природу или дачу.

Такие продукты испортятся уже по дороге на пикник. **Для перевозки скоропортящихся продуктов используйте сумки – холодильники или термопакеты, сохраняющие температуру вложенных в них продуктов из холодильника.**

Также в целях профилактики пищевых отравлений соблюдайте технологию приготовления блюд: тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца, морепродукты. Тщательно подогревайте готовые блюда – супы кипятите, жаркое прожаривайте не менее 5 минут. Готовьте пищу в таком количестве, чтобы употребить ее в течение 1-2 дней, при условии хранения в холодильнике, соблюдайте сроки хранения при нарушении герметичной упаковки продуктов. Соблюдайте правила личной гигиены, чаще мойте руки с мылом.



При первых признаках пищевого отравления (тошнота, рвота, диарея, периодическая боль и спазмы в животе) срочно обращайтесь за медицинской помощью!

Соблюдение этих несложных правил залог Вашего здоровья и праздничного настроения!