

## **Памятка для населения по профилактике сальмонеллеза**

САЛЬМОНЕЛЛЕЗ – острое инфекционное заболевание, протекающее с повышением температуры, тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом.

### Источники и факторы передачи инфекции:

Заболевание вызывают бактерии рода *Salmonella*, которые могут находиться в мясе животных и птиц, а также как на скорлупе, так и внутри яйца птицы, в некоторых продуктах (яйца, молоко, блюда из рубленного мяса, салаты, кремовые кондитерские изделия и т.п.) при хранении без холода сальмонеллы быстро размножаются, не меняя внешнего вида и вкуса продуктов.

Наибольшую опасность для человека представляют домашние и водоплавающие птицы, часто источником инфекции являются сельскохозяйственные животные (крупный и мелкий рогатый скот, свиньи). Человек представляет опасность для окружающих, если будучи больным или бактерионосителем сальмонелл, не соблюдает правил личной гигиены, участвует в приготовлении и/или реализации пищевых продуктов и блюд.

### При появлении признаков заболевания необходимо:

- обратиться за медицинской помощью;
- не участвовать в приготовлении пищи для других людей!
- не заниматься самолечением;

### Основные меры профилактики:

1. Соблюдайте правила личной гигиены, мойте руки перед едой и после пользования туалетом. Особенно важны чистые руки при уходе за ребенком!
2. Не покупайте продукты «с рук», у лиц, которые не могут подтвердить их качество и безопасность.
3. Тщательно мойте яйцо птицы перед использованием. Помните, что употребление сырого или полужидкого яйца делать риск заболевания сальмонеллезом максимальным!
4. Избегайте употреблять недостаточно прожаренное мясо (критерием готовности является выделение прозрачного сока в месте прокола в самой толстой части куска). Откажитесь от шашлыков из мяса птицы при выезде на природу!
5. Сырые и готовые продукты храните отдельно. Соблюдайте сроки хранения продуктов и готовых блюд, избегайте хранения готовых блюд вне холодильника.
6. Используйте отдельные ножи и доски для сырого мяса и готовой продукции (колбас, хлеба, овощей и фруктов для салатов). После окончания работы тщательно промойте нож и доску «для мяса» с моющим средством.

**Позаботьтесь о себе и своих родных, соблюдайте правила гигиены и сальмонеллез вам будет не страшен!**

## **Рекомендации по выбору куриного мяса в магазине**

Куриное мясо - очень полезный продукт благодаря присутствию в нем протеинов, витаминов и минеральных веществ. Оно содержит жизненно необходимые: фосфор, железо и калий. Куриное меню может быть разнообразным и является незаменимым ингредиентом во многих кухнях мира. Чтобы получить исключительное блюдо, важно выбрать качественную и свежую курицу. Обратите внимание на наши рекомендации, чтобы выбрать правильный продукт.

### **Обратите внимание на внешний вид**

В первую очередь обращайтесь внимание на внешний вид курицы. У куриной тушки округлая грудка, кость-киль не выделяется.

Курица должна быть хорошо ощипанной и выпотрошенной.

Качественная птица не должна иметь поверхностных дефектов. Не допускаются переломы костей, гематомы, царапины, кровяные сгустки.

Свежее куриное мясо должно держать форму. Чтобы это проверить, слегка надавите пальцем на мясо. При надавливании на мягком участке свежее мясо должно быстро восстановить свою форму. Если осталась впадина - это мясо лучше не покупать.

### **Обратите внимание на цвет**

Выбирая куриное мясо, обращайте внимание на его цвет. Самым вкусным считается мясо молодых кур. Оно обычно имеет светло-розовую окраску. Их кожа нежная и белая, а жир бледно-желтый. На лапках видны мелкие чешуйки. У взрослой курицы кожа более жирная и толстая, с желтоватой окраской.

### **Приносите к мясу**

Желательно мясо нюхать. Не стесняйтесь делать это прямо в магазине или на рынке. У свежей курицы не должно присутствовать кислого, гнилостного запаха, а также сырости. Мясо должно приятно пахнуть и не вызывать никаких сомнений.

### **Приглядитесь к коже**

Признаком свежести курицы считается сухая и чистая кожа. Если она липкая и скользкая, то это уже признаки несвежести.

### **Выбирайте охлажденное мясо**

При выборе качественной курицы предпочтение отдавайте охлажденным тушкам. Их мясо сохраняет сочную структуру. После заморозки и разморозки мясо будет более жестким.

### **Посмотрите на упаковку**

Приобретая охлажденную курицу в упаковке, отдавайте предпочтение прозрачным вариантам. Упаковка не должна иметь никаких повреждений. Внутри нее не должно быть розовых ледяных кристалликов. Если они есть, это может быть признаком того, что курицу заморозили и вновь разморозили.

Обязательным является наличие на упаковке отметки о сроке хранения продукта.

### **Как хранить курицу дома**

Свежую курицу лучше всего приготовить сразу. Если все же вы не планируете готовить ее сразу, куриное мясо следует хранить в холодильнике.

Обратите внимание на срок и температуру хранения курицы, указанный на этикетке упаковки. Оптимальная температура хранения охлажденной курицы 0-4°C. Идеальным вариантом будет поместить тушку курицы в контейнер по объему больший, чем сама курица, и засыпать свободное пространство контейнера льдом.

Замораживать приобретенную охлажденную курицу не желательно. Размороженную дома курицу повторно замораживать не стоит.