



Kérdezz-felelek a SZALMONELLA okozta megbetegedésekről

Lázzal, hasmenéssel, hányással járó kórképet hazánkban leggyakrabban szalmonella baktérium okoz. A fertőzésért többnyire a baromfihúsból, sertéshúsból, vagy nyers tojás felhasználásával készült, nem megfelelően tárolt vagy hőkezelt ételek felelősek, de a baktérium bármilyen élelmiszerre rákerülhet. A betegség a higiénés szabályok betartásával, és az élelmiszerek megfelelő hűtésével, hőkezelésével megelőzhető.

Mi a szalmonellózis, és milyen tünetei vannak?

A szalmonellózis, a szalmonella baktériumok által okozott fertőző megbetegedés. A baktériumok leggyakrabban élelmiszerrel, ritkábban vízzel vagy piszkos kéz közvetítésével kerülnek a szervezetbe. Jellemző tünetei a hasmenés, hányás, magas láz, de enyhébb esetben csak hőemelkedés, levertség tapasztalható vagy a fertőzés tünetmentes is lehet. A tünetek általában a szennyezett étel elfogyasztását követően 1-2 napon belül (6-48 óra) jelentkeznek, de akár ennél hosszabb lappangási idő is lehetséges.

Hogyan kerül az ételbe a szalmonella?

A szalmonella az élővilágban nagyon gyakori, az egészségesnek látszó élőlények (rovarok, hüllők, madarak, emlősök és az ember) bélrendszerében is előfordul. A kórokozó a beteg vagy tünetmentes fertőzött személy vagy állat székletével, illetve tojással kerül a külvilágba. A levágott állatok húján is előfordul. Leggyakrabban a nyers vagy nem eléggé átsült hús és tojásételek közvetítik a kórokozót, de gyakorlatilag bármilyen ételre rákerülhet külső szennyezéssel, nyersanyagról, eszközről, személyről vagy állatról. A fertőzést elősegíti, ha a baktérium az ételben elszaporodik. Ez hosszabb idejű (2-3 óra) környezeti hőmérsékleten vagy langyos helyen (8-45 °C között) történő tárolás során megtörténik.

Hogyan lehet a megbetegedést megelőzni?

A szalmonella baktériumokat az alapos sütés-főzés elpusztítja. Az így hőkezelt ételek, vagyis ha az étel teljes egészében felforrt, vagy ételhőmérővel ellenőrizhetően belsejében is elérte a 75 °C-ot, biztonsággal fogyaszthatók. A megmaradt ételt minél hamarabb le kell hűteni, és hűtőbe kell tenni (legfeljebb 5 °C), mert néhány órányi szobahőmérsékleten a tárolás már veszélyes lehet. Felhasználás előtt az ételt újra át kell forrosítani, nem elég csak megmelegíteni. Nagyon fontos a nyersanyagok és a késztermékek elkülönítése is. Legalább ilyen fontos a gyakori kézmosás. Mindig mosson kezet, mielőtt ételkészítésbe kezdene, és amikor befejezte a nyersanyagok (húsok) előkészítését! Étkezés előtt is mosson kezet!

Mi a teendő megbetegedés esetén?

A betegség lefolyása, időtartama, súlyossága változó. A megbetegedés a kisgyermekekre, idősekre, legyengült szervezetűekre különösen veszélyes lehet. Fontos megemlíteni, hogy a fertőzötteknél nem minden esetben lépnek fel panaszok. Mind a tünetmentes fertőzöttek, mind a győgyult betegek egy ideig még üríthetik a baktériumot. Ez csak laboratóriumi vizsgálattal deríthető ki. Ha valaki beteg vagy vele egy háztartásban élő személy megbetegedett, különösen ügyeljen az alapos kézmosásra, kézfertőtlenítésre. Lázas, hasmenéses beteg ételkészítéssel, ételfelszolgálással ne foglalkozzon, ne hogy másokat is megfertőzzön!



Ha a fenti tüneteket észleli magán, mindenképpen forduljon orvoshoz!