**Помните о профилактике сальмонеллёза**

**Сальмонеллёз** – инфекционное заболевание, которое протекает с повышением температуры тела, тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом. Заболевание протекает намного тяжелее у маленьких детей и лиц с ослабленным иммунитетом.

Основными источниками инфекции для человека являются сельскохозяйтственные животные (крупный рогатый скот, свиньи), домашняя птица (куры, гуси, утки, индейка), люди больные сальмонеллёзом и бактерионосители. Заражение может произойти и через руки заражённые сальмонеллой.

Человек, как источник инфекции, наибольшую опасность представляет для детей первого года жизни.

Пик заболеваемости приходится на летнее - осенний период. Инкубационный период составляет от 2 часов до 7 дней, чаще всего 4-24 часа.

Следует знать, по внешнему виду, запаху и вкусовым качествам невозможно распознать заражённые микробами продукты.

Чтобы уберечь себя и своих близких от заражения сальмонеллёзом необходимо соблюдать следующие правила:

1. не приобретайте продукты в местах несанкционированной торговли, сомнительного качества, с истёкшим сроком годности;

2. при покупке яиц необходимо обращать внимание на срок их годности;

3. яйца нужно хранить в холодильнике, перед приготовлением яйцо необходимо вымыть под проточной водой с мылом, варить не менее 10 минут с момента закипания (от употребления сырых яиц лучше воздержаться);

4. используйте разделочные доски и ножи для разделки сырого мяса и готовых к употреблению продуктов;

5. подвергайте тщательной и равномерной тепловой обработке (варка, прожаривание) продукты животного происхождения;

6. тушку птицы и кусок мяса весом более 1 кг необходимо варить не менее 2 часов (готовность изделий определяется по выделению бесцветного сока в месте прокола и серому цвету на разрезе продукта);

7. храните в холодильнике раздельно и в индивидуальной упаковке продукты сырые и готовые к употреблению;

8. Соблюдайте личную гигиену, не забывайте мыть руки с мылом перед приёмом пищи.

Специалисты напоминают, что при первых признаках заболевания не следует заниматься самолечением, следует обратиться в медицинское учреждение к специалисту.