

## Салмонелоза

**Салмонелозата е болест која ја предизвикува бактеријата салмонела. Во Австралија, повеќето случаи на инфекции со салмонела се јавуваат после јадење на загадена храна или понекогаш после контакт со друго лице заболено од болеста.**

**Последна преработка:** 14ти јануари 2008

### Што е салмонелоза?

Салмонелозата е болест која ја предизвикува бактеријата *салмонела*. Во Австралија, повеќето случаи на инфекции со *салмонела* се јавуваат после јадење на загадена храна или понекогаш после контакт со друго лице заболено од болеста.

### Кои се симптомите?

Лицата кои се заразени со *салмонела* често добиваат главоболка, треска, грчеви во стомакот, пролив, гадење и повраќање. Симптомите обично се јавуваат од 6 до 72 часа после заразувањето. Симптомите обично траат од 4 до 7 дена, понекогаш многу подолго.

### Како се пренесува болеста?

Воглавно, *салмонелата* се пренесува меѓу луѓето кога тие јадат недоволно зготвена храна направена од заразени животни (месо, пилешко, јајца и производи направени од нив).

Пренесувањето со 'вкрстено загадување' се јавува кога *салмонелата* ја загадува храната што е веќе приготвена: на пример, кога храната која повеќе нема да се готви се сече со загаден нож или преку рацете на лице кое веќе е заразено и кое работи со храната.

*Салмонелата* може да се пренесе од едно лице на друго преку рацете на заразеното лице. Таа исто така може да се пренесува од животни на луѓе.

### Кој е изложен на опасност?

Секој може да се зарази од салмонелоза. Веројатноста болеста да биде сериозна е поголема кај малите деца, старите луѓе и лицата со слаб имун систем.

## Како се спречува болеста?

### Готвење

*Салмонелата* се уништува со комплетно готвење на храната. Избегнувајте живо или недоволно зготвено месо, месо од живина или јајца. Месото од живина и другото месо – на пример, хамбургери, колбаси и ролати од печено месо – не треба да се јадат ако во средината се розеви.

### Ракување со храна

Бидејќи *салмонелата* може да остане на рацете, многу е важно рацете секогаш да се мијат темелно после користење на клозетот и пред приготвување на храна. Рацете треба да се мијат со сапун и вода во траење од најмалку 10 секунди, потоа да се исплакнат и добро да се исушат. Посебно внимание треба да се обрне на деловите под ноктите и меѓу прстите.

Заразените лица кои ракуваат со храна може да ослободат голем број на *салмонела* бактериите. Тие не треба да ракуваат со храна или да ја служат се додека не престанат да имаат пролив и додека проверката на изметот покаже дека во него нема *салмонела*.

### Контролирање на температурата

Лошото складирање на храната може да предизвика *салмонелата* да се размножува. Храната во фрижидер треба да се чува на температура пониска од 5 Целзиусови степени. Топлата храна треба да се чува жешка над 60 Целзиусови степени. Храната што се претоплува треба брзо да се стопли се додека сите делови од храната станат жешки.

Замрзнатата храна треба да се одмрзнува во фрижидер или микровална печка. Колку подолго ја оставате храната на собна температура, толку повеќе *салмонелата* се размножува.

### Загадување на храната

За да го спречите загадувањето на храната:

- чувајте ја суровата храна (на пример, живо месо) во херметички затворени садови на дното од фрижидерот или замрзнувачот за да се избегне од неа да капе или да се истури течност врз друга храна која е готова за јадење. Сета храна што ја чувате во фрижидер или замрзнувач покривајте ја за да ја заштитете од загадување
- мијте ги рацете веднаш откако сте биле во клозет или ако сте допирале сурова храна и пред да започнете да ракувате со зготвена храна или храна која е готова за јадење
- користете посебни штици за сечење, тави, прибор и чинии кога приготвувате сурова храна и храна готова за јадење. Ако имате само една штица за сечење, измијте ја добро во жешка вода со сапун пред повторно да ја користите
- темелно исчистете ја сета нечистотија од сиот суров зеленчук и овошје пред да ги приготвите за јадење

- бришете ги садовите со посебна крпа од таа што ја користите за бришење на рацете или за бришење на работните површини; редовно перете ги крпите за бришење садови

### Како се поставува дијагноза?

За да може да постави дијагноза, вашиот доктор од општа пракса или локалната болница ќе испратат примерок од изметот во лабораторија каде што ќе проверат дали во него има салмонела.

### Како се лекува болеста?

Повеќето луѓе оздравуваат со одмор и примање на течности. Некои лица може да треба да одат во болница. Понекогаш, се препорачува примање на антибиотици при сложени случаи.

### Како реагира здравството?

Лабораториите се обврзани да ги пријават случаите на заразување со салмонела во локалната државна служба за здравство. Државните служби за здравство испитуваат групи на случаи во обид да ги изнајдат заедничките врски. Кога се работи за вообичаени видови на храна, Управата за исхрана на Нов Јужен Велс (NSW Food Authority) ќе спроведе еколошка истрага и ќе воведо мерки на контрола. Статистичките податоци за случаите на болеста се користат за разработување на превентивни стратегии.

Управата за исхрана на Нов Јужен Велс е одоговорна за спроведување на различни стратегии за безбедност на храната со цел да се спречи појавата на салмонелоза и други инфекции од храна.

### Понатамошни информации – Државни служби за здравство во Нов Јужен Велс

За повеќе информации, ве молиме, контактирајте го вашиот локален доктор, локалната државна служба за здравство или здравствениот центар во заедницата – побарајте ги под 'NSW Government' на почетокот на телефонскиот именик 'Белите страници' (White Pages).

Градски подрачја	Место	Број	Подрачја во внатрешноста	Место	Број
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	Greater Southern	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	Greater Western	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	Hunter/New England	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	North Coast	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: <a href="http://www.health.nsw.gov.au">www.health.nsw.gov.au</a>					