

Профилактика пищевых отравлений в новогодние праздники

На пороге одни из любимых праздников всех жителей России - Новый год и Рождество, сопровождающееся посещениями родных, близких, друзей и знакомых с полными столами различных кулинарных изделий. Хозяйки заблаговременно закупают продукты, накануне праздников Рождества и Нового года, готовят большое количество различных кулинарных блюд, салатов, кондитерских изделий. С пищей могут передаваться возбудители острых кишечных инфекций: сальмонеллы, эшерихии, иерсинии, шигеллы (возбудитель дизентерии), ротавирусы, вирус гепатита А и другие. Также в продуктах или блюдах при несоблюдении условий и сроков хранения могут накапливаться токсины различных микроорганизмов, которые вызывают острое пищевое отравление – «пищевая токсикоинфекция».

Основными причинами пищевых отравлений и острых кишечных инфекций в праздничные дни является не соблюдение правил личной гигиены, нарушения технологии приготовления блюд, температурных режимов или условий их транспортировки и хранения.

В период подготовки к празднику в целях сохранения здоровья и недопущения возникновения и распространения массовых заболеваний среди населения хотелось бы заострить Ваше внимание на теме – профилактика пищевых отравлений.

Пищевые отравления в январские праздники более чем в половине случаев происходят по одной причине - хранение и употребление в пищу оставшихся с Нового года кулинарных изделий и других скоропортящихся продуктов.

Для предупреждения пищевых отравлений необходимо соблюдать следующие меры профилактики:

- не храните скоропортящиеся продукты и готовые салаты при комнатной температуре более 2-х часов, так как это может привести к накоплению бактерий и токсинов и привести к возникновению острых кишечных инфекций или пищевых отравлений при употреблении таких продуктов;

- пирожные, торты с кремом храните только в холодильнике, не забывайте что это скоропортящиеся продукты;

- не смешивайте свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня. Если готовая пища осталась на другой день обязательно перед употреблением необходимо её подвергнуть термической обработке (прокипятить, прожарить);

Выполнение простых правил поможет Вам предотвратить заболевание и не испортить новогоднего настроения.

Поддерживайте чистоту: содержите в чистоте кухонную, столовую посуду и столовые приборы; регулярно мойте с моющими средствами все поверхности и кухонные принадлежности, используемые при приготовлении пищи; предохраняйте кухню и продукты от насекомых, грызунов; тщательно мойте под проточной водой зелень, овощи, фрукты, если они предназначены для детей младшего возраста, желательно ополоснуть их кипяченую воду.

Соблюдайте личную гигиену: мойте руки с мылом перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией; мойте руки после посещения туалета, возвращения с улицы.

Отделяйте сырые и готовые к употреблению продукты: используйте при транспортировке отдельную упаковку для готовой к употреблению и сырой продукции; отделяйте мясо, мясо птицы, морепродукты от других пищевых продуктов; храните продукты в закрытой посуде для предотвращения контакта готовой к употреблению и сырой продукции; используйте отдельные разделочные доски и ножи для готовой к употреблению и сырой продукции.

Соблюдайте технологию приготовления блюд: тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца, морепродукты; при готовке мяса или птицы их соки должны быть прозрачными; тщательно подогревайте блюда – супы кипятите, жаркое прожаривайте не менее 5 минут. Соблюдайте условия хранения и сроки годности: храните продукты питания с учетом сроков их годности, просроченные выбрасывайте без сожаления;

не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа; держите приготовленные блюда горячими (не ниже 60°C) до сервировки стола;

охлаждайте без задержки, приготовленные скоропортящиеся блюда (желательно не ниже 5°C); готовьте пищу в таком количестве, чтобы употребить ее в течение 1-2 дней;

не готовьте заблаговременно скоропортящиеся блюда из мяса, мяса птицы, яиц, а также салаты, паштеты, пудинги, кулинарные изделия с кремом;

не храните пищу и продукты длительное время даже в холодильнике, особенно если герметичная упаковка продукта нарушена;

не размораживайте продукты при комнатной температуре, лучше размораживать их в камере холодильника.

Покупайте алкоголь только в проверенных торговых организациях, имеющих лицензию на продажу алкоголя, при продаже напитка вместе с бутылкой вам обязательно должны выдать чек. Обращайте внимание на качество упаковки и наличие специальной или акцизной марки: как правило, легальные производители разливают продукцию в тару, имеющую особые отличительные признаки, а этикетка и контрэтикетка наклеены ровно без перекосов. При приобретении водки обратите внимание на цвет напитка: настоящая водка прозрачная без муты и осадка на дне.

Кроме того, немаловажную роль в профилактике отравления алкоголем играет и умеренное употребление алкоголя.

Если Вы чувствуете себя не здоровым (боли в животе, тошнота, рвота, диарея) ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей, немедленно обратитесь к врачу.

Соблюдение перечисленных рекомендаций поможет избежать неприятностей, связанных с пищевыми отравлениями и не омрачить праздник.

Источник: <http://82.rospotrebnadzor.ru/directions/nadzor/148068/>