

Профилактика пищевых отравлений в новогодние праздники

В новогодний праздник наступает такой момент, когда все присутствующие уже насытились и нет острой необходимости держать все тазы с салатами на столе. Для этого вовсе не обязательно убирать все продукты с новогоднего стола, достаточно будет оставить несколько ваз с парой небольших порций салата — на случай, если кто-то надумает перекусить. А самый лучший вариант — с самого начала держать основной объем продуктов в холодильнике, постепенно подкладывая их в салатницы, по мере того, как они будут пустеть. Массовые отравления в январские праздники более чем в половине случаев происходит по одной причине — людям жалко выбрасывать оставшиеся с Нового года продукты и они упорно продолжают их хранить, постепенно потребляя в пищу. Следует помнить, что срок хранения салатов в холодильнике не вечен! Веселые праздники часто сопровождаются большим количеством алкоголя. Многие умудряются за одну ночь употребить несочетаемые комбинации напитков. В итоге к лишнему весу от поедания жирных продуктов, прибавляется еще и расстройство желудка и тошнота в придачу к изжоге. Тут действовать нужно осмотрительно. Известно, что алкоголь способствует выведению всех полезных веществ из организма человека. В том числе и витаминов, нехватка коих приводит к неприятным последствиям.

Для возникновения пищевых токсикоинфекций (ПТИ) необходимо накопление в пищевых продуктах или готовых блюдах токсинов различных микроорганизмов.

Наиболее распространенными являются пищевые токсикоинфекции, вызванные золотистым стафилококком, протеем, условно-патогенными энтеробактериями.

Наиболее частыми причинами пищевых токсикоинфекций являются нарушения технологии приготовления блюд, их неправильное хранение, не соблюдение правил личной гигиены поварами и кондитерами.

Наиболее опасными факторами передачи ПТИ служат многокомпонентные салаты (в первую очередь заправленные майонезом и сметаной), кондитерские изделия с кремом, шаурма, изделия из рубленого мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др.

Основные меры профилактики пищевых отравлений:

- салаты, изделия из рубленого мяса, студень, заливное следует готовить в домашних условиях и в небольшом количестве;
- не хранить остатки блюд более суток;
- соблюдать температурный режим хранения продуктов и готовых блюд;
- не приобретать продукты и готовые блюда в местах несанкционированной торговли;
- при приобретении готовой пищевой продукции в магазинах:
 - а) следует обратить внимание на время изготовления продукта и срок его реализации;
 - б) полуфабрикаты, изделия из мяса обязательно подвергать повторной термической обработке;
 - в) пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике и использовать их в пределах срока годности.

Во время приготовления пищи в домашних условиях следует обратить особое внимание на соблюдение базовых требований санитарии и личной гигиены:

- тщательно мыть руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией;
- использовать отдельные разделочные доски и ножи — для «сырого» и «готового»;
- тщательно промывать (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты;
- не готовить заблаговременно (более суток) рубленое мясо;
- в холодильнике не помещать на одну полку готовые блюда и сырое мясо и рыбу.

Если у Вас появились симптомы кишечной инфекции или пищевого отравления (расстройство пищеварения, тошнота, рвота, боли в животе, жидкий стул):

- ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей;
- немедленно обращайтесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением.