

SALMONELÓZA

nejčastější

alimentární nákaza



NÁRODNÍ CENTRUM PODPORY ZDRAVÍ

Počet salmonelóz, tj. onemocnění způsobených salmonelami, v posledních letech stále stoupá. Od roku 1989 došlo k téměř trojnásobnému zvýšení počtu hlášených onemocnění. Do roku 1988 byl v ČR roční počet onemocnění okolo 12 až 15 tisíc; v roce 1993 již přesáhl 40 tisíc - přibližně tolik, kolik je obyvatel např. Znojma.

Salmonely jsou střevní bakterie, které vstupují do organismu ústy s potravinou nebo vodou. Většina druhů během 8 - 10 hodin (vzácněji do 2 dnů) způsobuje postiženému nevolnost, zvracení, střevní potíže se silnými průjmy, bolesti hlavy, bolesti břicha a teplotu, která může dosahovat 39 - 40 °C.

PROČ JSOU ONEMOCNĚNÍ SALMONELAMI TAK ČASTÁ A PROČ S NIMI MUSÍME I NADÁLE POČÍTAT?

Salmonelózy jsou dnes celosvětovým problémem. Salmonely jsou široce rozšířeny v našem životním

prostředí, zejména mezi hospodářskými zvířaty. Těm mohou někdy způsobit onemocnění, ale častější je bezpříznakové nosičství.

Člověka přímo ohrožuje konzumace potravin připravených ze surovin živočišného původu nedostatečně tepelně opracovaných nebo druhotně kontaminovaných salmonelami při nedodržení zásad hygieny. Vejce i drůbež jsou dnes nakaženy častěji salmonelou než dříve. Také trh nabízí škálu importovaných potravin, jejichž rizika nejsou spotřebitelům dostatečně známa. V domácnostech se praktikuje "rychlá kuchyně", místo pečení se maso griluje, hotová jídla se uschovávají a před podáváním jen krátce přihřejí. Dochází ke změně zvyklostí v přípravě stravy (společné stravování, rychlé občerstvení). Za tyto "moderní trendy života" platí společnot daň ve formě vysoké nemocnosti některými alimentárními nákazami.

Kromě velkých epidemií, kterých je každoročně hlášeno okolo 150, se často setkáváme s tzv. rodinnými ohnisky, kdy připadají na jeden výskyt 2 až 3 postižené osoby. Uvážíme-li, že takovýchto malých ohnisek vzniká každoročně až 3000, vidíme, že je potřebné se zamyslet nad našimi běžnými hygienickými návyky.

CO JSOU SALMONELY A JAKÝ JE MECHANISMUS VZNIKU ONEMOCNĚNÍ?

Jedná se o jednobuněčné organismy, které jsou známy již více jak 100 let, a dosud bylo popsáno přes 2000 různých typů, jejichž nebezpečnost pro lidi je různá.

V posledních letech se však vyskytuje u člověka nejčastěji typ nazvaný **Salmonella enteritidis**, který je stejně jako ostatní salmonely značně odolný vůči

fyzikálně chemickým vlivům. Tento typ je zároveň hojně rozšířen mezi drůbežími chovy a velmi často bývá nalézán v drůbežím masu a ve vejcích.

Jednou ze základních vlastností salmonel je schopnost poměrně snadného rozmnožování; množství salmonel se při pokojové teplotě každých 20 - 30 minut zdvojnásobí. V jednom vejci, uloženém 2 dny při teplotě okolo 20 °C, by by na počátku obsahovalo pouze 10 buněk salmonel (tedy dávku, která člověku není vůbec nebezpečná), vzroste počet salmonel během uskladnění na několik miliard. Čím větší je počet zárodků, tím je konzumace nebezpečnější a klinický průběh vzniklého onemocnění závažnější.

Při teplotách pod 10 °C a nad 45 °C se rozmnožovací schopnost salmonel snižuje, ale teploty pod bodem mrazu přežívají bez poškození.

Riziku vzniku salmonelózy jsme vystaveni všichni stejně, přesto **největší nemocnost bývá u malých dětí, starších lidí s jiným základním onemocněním a lidí s oslabenou imunitou.**

Ve všech případech, kdy může dojít k oslabení přirozené ochranné bariéry, kterou tvoří žaludeční kyseliny a bakteriální flóra ve střevě, mají salmonely možnost proniknout do střevní stěny, rozmnožit se a způsobit zde zánět sliznice.

JAK SE ZACHOVAT PŘI ONEMOCNĚNÍ SALMONELÓZOU?

Jsme-li postiženi nevolností, zvracením, průjmami a teplotou, je čas vyhledat lékaře, který určí optimální způsob léčby, jejíž základem je vždy **díeta** a zejména **doplňování tekutin do organismu.**

Podávání antibiotik není vhodné pro jejich nežádoucí účinek na přirozenou střevní flóru, která salmonelám brání v invazi do střevní stěny. Obvykle

lékař předepíše antibiotika jen tehdy, jestliže je jejich aplikace nezbytná z jiných důvodů, jako je např. jiné základní onemocnění nebo prevence komplikací.

Potvrdí-li se onemocnění způsobené salmonelou, je každý povinen dodržovat hygienická opatření. Na prvním místě je osobní hygiena, protože salmonely v zažívacím traktu dlouho přežívají a mohou být vylučovány stolici reknavalescenta ještě 3 až 6 týdnů po onemocnění. V té době se mohou nakazit další členové rodiny. Po každém použití WC a před konzumací potravy se musí důkladně umýt ruce mýdlem a teplou vodou. Navíc doporučujeme používání vhodného dezinfekčního prostředku na ruce takového nemocného, kterého není možno vyloučit z přípravy jídel pro rodinné příslušníky. Je-li bačlonosič zaměstnán v potravinářství, nesmí svou profesi vykonávat až do úplného vyléčení.

KTERÉ POTRAVINY ŘADÍME MEZI RIZIKOVÉ?

Analýza příčin vzniku epidemií v minulých letech, stejně jako výsledky veterinárních vyšetření, ukazují na skutečnost, že nejčastěji kontaminovanými potravinami jsou:

- **drůbež** (slepice, kuřata, kachny, krůty), a to i mražená
- **výrobky z drůbežího masa**

● **vejce - zejména povrch skořápek**

● **syrové vaječné produkty** (majonézy a cukrářské krémy)

● **maso - a zejména mleté maso** (nejčastěji se jedná o vepřové)

● **zvěřina, ryby a měkkýši**

Při důkladné tepelné úpravě se salmonely v těchto potravinách usmrtí. Nebezpečný je přenos na jiné potraviny, které se tepelně nezpracují. **Salmonely ničí teplota 75 °C a více, působící alespoň 5 minut.** Přitom jsou myšleny teploty v jádře, tedy např. uvnitř připravovaného masa. U potravin je tedy doporučován minimálně 15 minutový var.

Pokud se k přípravě domácích pokrmů používá **majonéza**, je bezpečnější zakoupit již hotovou, k jejíž výrobě bylo použito žloutků tepelně opracovaných; navíc její kyselé prostředí salmonelám nevyhovuje.

V oblasti prevence a likvidace salmonelóz v prvovýrobě a rovněž tak ve zpracovatelském průmyslu byl v roce 1992 zaveden celý systém účelných opatření. Výsledky této činnosti jistě přinesou zlepšení v podobě ozdravení šlechtitelských a užitkových chovů, nedá se však předpokládat, že dojde k úplnému vymýcení této nákazy. Proto budeme muset i nadále s každou potravinou zacházet tak, jako by byla kontaminována salmonelami.

CO SAMI MŮŽEME UDĚLAT PRO TO, ABYCHOM SE VYVAROVALI ONEMOCNĚNÍ

Již při nákupu dbáme na to, aby **rizikové potraviny** byly ochráněny vodotěsnými **obaly** a důsledně je

oddělujeme od ostatních potravin. Uchováváme je v chladničce, výlučně při teplotách od 2 do 6 °C.

Vejce požadujeme při nákupu jen **nepoškozená, řádně značená** a ne starší než 2 týdny. Měli bychom požadovat prodej z chladicích boxů a doma je také pouze v chladničce uchovávat.

Mleté maso ihned zpracováváme a konzumujeme v den nákupu.

Při přípravě jakéhokoliv jídla dbáme na úzkostlivou čistotu v kuchyni.

Zvláště se to týká:

Rozmrazování drůbeže - zmrazenou drůbež rozmrazujeme v chladničce, mikrovlnné troubě, ve studené nebo horké vodě. Zkrátí se tak doba rozmrazování.

Zpracování a přípravy drůbeže - zpracováváme ji zásadně odděleně od ostatních potravin a po zpracování použité **náčiní důkladně umyjeme**. Nikdy nezapomeňte **na mytí rukou mýdlem** a teplou vodou. Dbejte na **řádné propečení drůbeže až ke kosti** (krátkodobé pečení v mikrovlnných troubách toto nezajišťuje).

Přípravy vajec - konzumujeme zásadně vejce na tvrdo vařená (doba varu nejméně 8 - 12 minut). Nebezpečí infekce vzniká při konzumaci vajec vařených na měkko, vajec do skla, vajec do bujónů a nedokonalém propečení "volských ok".

Přípravy moučníků - používáme-li vejce, musejí být důkladně tepelně zpracována (pečení, smažení, vaření). **Zásadně nepoužíváme**

syrových vajec pro přípravu krémů, náplní dortů, tvarohových moučníků a pudingů připravovaných za studena.

Přípravy studených mís, salátů, majonéz, obložených chlebíčků a dressingů - připravené výrobky uchováváme **v chladu** a zásadně **týž den spotřebujeme**.

Rovněž **vařené hotové pokrmy** nenecháváme dlouho teplé, **rychle je zchladíme a uložíme do chladničky**. Při opětovném ohřevu je **důkladně povaříme nebo propečeme**.

Všechno **kuchyňské zařízení** udržujeme v **bezzvadné čistotě**, nádobí omyjeme **horkou vodou s přidavkem mycího prostředku**.

Nepoužíváme dřevěné prkénko, které není možné dostatečně očistit, ani mycí houby, kterými mohou být nežádoucí bakterie přeneseny na jiné předměty. Při čištění pracovní plochy je vhodné používat **jednorázové utěrky**.

Skořápky vajec, obaly od masa, zbytky mouky a vajec z obalování ihned vyhodíme do odpadu (skořápky nemají přijít ani do kompostu!).

Při zachování těchto jednoduchých pravidel se podstatně sníží nebezpečí onemocnění salmonelózou.



Napsala MUDr. Daniela Dědičová, CSc.

Recenzoval RNDr. V. Muzikář, CSc.

Vydalo Národní centrum podpory zdraví, Praha 1994

1. vydání

Vytiskla DOVA Jihlava

Náklad 200 000 výtisků

Neprodeje