PAISYKITE MAISTO LAIKYMO KAIMYNYSTĖJE TAISYKLIŲ!

Svarbu žinoti maisto produktų, pusgaminių ir žaliavų laikymo kaimynystėje taisykles: nelaikyti kartu žaliavų, pusgaminių, šiluma neapdorotų ir jau paruoštų valgyti maisto produktų, nes bakterijos, esančios žaliuose maisto produktuose, gali patekti ant kitų produktų ir juos užteršti.

www.smlpc.lt

www.smlpc.lt

SVEIKATOS MOKYMO IR LIGŲ PREVENCIJOS CENTRAS

SALMONELIOZĖS PROFILAKTIKA

www.smlpc.lt

KAS YRA SALMONELIOZĖ?

Salmoneliozė yra žmogui ir gyvūnams pavojinga ūmi infekcinė plonojo žarnyno liga, kurią sukelia lazdelės formos bakterijos, vadinamos salmonelėmis. Salmonelės yra plačiai paplitusios tarp naminių augintinių ir laukinių gyvūnų bei paukščių. Nustatyta, kad jos gali gyventi kiaulių, raguočių, vištų, šunų, kačių, reptilijų, vėžlių, iguanų, graužikų, papūgų, žąsų bei ančių žarnynuose. Žmogus gali būti šių bakterijų nešiotoju. Su gyvūnų išmatomis ar su jų netinkamai apdorota užkrėsta mėsa, kiaušiniais bei per užterštus aplinkos daiktus (maisto gamybos inventorių, stalo įrankius ir indus) ir nešvarias rankas salmonelės gali patekti į gaminamą maistą ir žmogaus organizmą. Jos yra atsparios išdžiuvimui, šalčiui, bet jautrios dezinfekcinėms medžiagoms ir aukštai temperatūrai. Sausose išmatose jos būna gyvybingos apie 4 metus, dirvožemyje – 5 mėn., kambario dulkėse – 3 mėn., vandenyje – 2 mėn., o 80 °C temperatūroje žūva per 10 min. Ypač bakterijos gerai ir greitai dauginasi vasarą tuose produktuose, kuriuose yra daug drėgmės ir baltymų (kai maisto produktų temperatūra yra 20–40 °C, pH 6,5–7,5). Pasaulyje ir Lietuvoje salmoneliozė dažniausiai plinta per žalius ir nepakankamai termiškai apdorotus gyvūninės kilmės maisto produktus: vištieną, kiaušinius ir jų gaminius. Liga prasideda ūmiu karščiavimu, pilvo skausmais, viduriavimu, pykinimu po 6–72 val. nuo užsikrėtimo. Ypač sunkiai serga silpną imunitetą turintys kūdikiai, maži vaikai ir pagyvenę asmenys. Netekus daug skysčių, gali prasidėti traukuliai, sutrikti inkstų veikla.

KĄ REIKĖTŲ ŽINOTI, NORINT IŠVENGTI SALMONELIOZĖS?

Būtina sustiprinti visos saugios maisto gamybos grandinės kontrolę nuo gyvūnų pašarų, žaliavų, pusgaminių ir maisto produktų gamybos bei laikytis geros gamybos praktikos reikalavimų.

PASAULIO SVEIKATOS ORGANIZACIJA (PSO) PATARIA VADOVAUTIS PENKIOMIS PAGRINDINĖMIS TAISYKLĖMIS:

1. laikytis švaros:

- plauti rankas (prieš gaminant maistą, pasinaudojus tualetu, po sąlyčio su žalia paukštiena, mėsa, kiaušiniais, daržovėmis ir naminiais gyvūnais),
- naudoti atskirą paženklintą inventorių žalių ir termiškai apdorotų maisto produktų gaminimui (peilius, maisto pjaustymo lenteles, stalus, indus, puodus, dubenis ir kitą smulkų inventorių),
- švariai valyti, plauti ir dezinfekuoti žaliavų, pusgaminių ir maisto gaminimo patalpas, įrangą ir visą inventorių,
- saugoti, kad į maisto produktų laikymo ir gamybines patalpas nepatektų vabzdžiai, graužikai bei naminiai gyvūnai,

2. visur atskirti žalius ir termiškai apdorotus maisto produktus,

3. tinkamai termiškai apdoroti maistą,

4. laikyti maisto produktus tinkamoje temperatūroje,

5. naudoti švarų vandenį, šviežias saugias maisto žaliavas bei produktus.

KOKIOJE TEMPERATŪROJE BŪTINA LAIKYTI ŽALIAVAS, PUSGAMINIUS IR MAISTO PRODUKTUS?

Greitai gendančius maisto produktus ir žaliavas (pieną, mėsą, paukštieną, konditeriją su kremo įdaru) būtina laikyti tik šaldymo įrenginiuose. Maistą laikykite žemesnėje negu 5 °C ir aukštesnėje negu 60 °C temperatūroje, nes tinkamiausia temperatūra bakterijoms daugintis yra nuo 5 °C iki 60 °C. Šaldytuvo temperatūra turi būti nuo 1 °C iki 5 °C, o šaldiklio – nuo – 18 °C iki – 22 °C.

GERAI TERMIŠKAI APDOROKITE MAISTĄ!

Būtina įsidėmėti tai, kad gaminant karštus produktus, temperatūra patiekalo viduje turi pasiekti +75 °C – tuomet maistas yra laikomas tinkamai pagamintu ir saugiu.

KAIP LAIKYTI PAGAMINTĄ KARŠTĄ MAISTĄ?

Karštas maistas turi būti laikomas ne ilgiau kaip 4 valandas ir ne žemesnėje kaip 68 °C temperatūroje. Atvėsintą karštą maistą reikia laikyti šaldytuve ne aukštesnėje kaip 4 °C temperatūroje iki 12 valandų, o vėliau, apdorojus jį termiškai, reikėtų suvartoti per 1 valandą.

Nelaikykite virto, troškinto ar kepto maisto kambario temperatūroje ilgiau negu 2 valandas. Nedėkite neįpakuoto maisto tiesiai ant lentynos, nes taip galite jį užteršti pavojingais mikroorganizmais. ▶