

## OSNOVNE ČINJENICE SALMONELA

### Šta je Salmonela?

Salmonela je uobičajena bakterijska infekcija crijeva. Više stotina ljudi u Iowi oboli od ove bolesti svake godine, najčešće ljeti.

### Ko oboljeva od Salmonele?

Svako, ali najčešće bebe i djeca.

### Kako se prenosi bakterija Salmonele?

Ljudi je obično dobiju jedući hranu zagađenu životinjskim izmetom. Zagađena hrana je često životinjskog porijekla, poput govedine, peradi, mlijeka ili jaja, ali svaka hrana, uključujući povrće, može postati zaražena. Hranu može zaraziti i osoba koja je priprema, ako ne opere ruke nakon dodira sa zaraženom hranom.

Salmonela se takođe može naći u izmetu nekih kućnih ljubimaca, pogotovo onih koji imaju proljev, pa se ljudi mogu zaraziti ukoliko ne peru ruke nakon dodira sa tim izmetom. Gmizavci su posebno podložni salmoneli i ljudi bi trebali uvijek prati ruke nakon rada sa gmizavcima, čak i ako su zdravi. Odrasli bi takođe trebali biti pažljivi kod djece i pranja ruku nakon dodira sa gmizavcima. U kućama u kojima žive djeca ili osobe oslabljenog imuniteta ne bi trebalo držati gmizavce (kornjače, iguane, druge guštere i zmije) kao kućne ljubimce.

### Koji su simptomi infekcije Salmonelom?

Ljudi zaraženi salmonelom mogu imati blagi ili teški proljev, povišenu temperaturu, a ponekad i povraćanje. Infekcije krvi mogu biti vrlo opasne, pogotovo kod veoma mladih ili starijih osoba. Najopasniji oblik infekcije salmonelom je trbušni tifus.

### Kako brzo se javljaju simptomi nakon zaraze Salmonelom?

Proljev i visoka temperatura se obično javljaju od 12 - 36 sati nakon zaraze, i u roku od 56 - 72 sata.

### Gdje se Salmonela nalazi?

Salmonela se nalazi svuda, ali najčešće u svježem mesu, nekuhanim jajima, nepasterizovanom mlijeku i siru. Nosioci salmonele mogu biti kućni ljubimci kornjače, iguane, zmije, i drugi gmizavci, i pilići, pačiči, štenad i mačići takođe mogu nositi Salmonelu.

### Koliko dugo inficirana osoba nosi salmonelu?

Nekoliko dana a moguće je i više mjeseci. Bebe i ljudi liječeni antibioticima je mogu nositi duže od ostalih.

### Da li zaražene osobe treba da izostaju sa posla i iz škole?

Pošto se salmonela nalazi u izmetu (stolici), osobe koje imaju proljev (posebno djeca u dječijim vrtićima i ljudi koji rade na pripremi hrane) ne bi trebali ići u školu i na posao. Većina zaraženih ljudi se mogu vratiti na posao i u školu po prestanku proljeva, ukoliko pažljivo peru ruke poslije odlaska u zahod i prije rukovanja hranom.

### Kako se liječi salmonela?

Većina ljudi se oporavi bez ikakvog liječenja. Osobe koje imaju teški proljev, posebno mala djeca i starci, trebalo bi da potraže ljekarsku pomoć.

**Kako se salmonela može spriječiti?**

1. Meso uvijek čuvajte u frižideru.
2. Meso uvijek dobro skuhaite. Nemojte nikada jesti sirovo meso.
3. Jaja i proizvode koji sadrže sirova jaja uvijek dobro skuhaite.
4. Izbjegavajte nepasterizovano mlijeko i proizvode od takvog mlijeka.
5. Dobro perite ruke prije i poslije pripremanja hrane.
6. Perite kuhinjske radne površine, daske za rezanje i pribor za pripremanje hrane, svaki put nakon rada sa sirovim mesom ili jajima.
7. Uvijek pažljivo perite ruke sapunom i mlakom vodom nakon odlaska u zahod ili rukovanja sa prljavim pelenama.
8. Uvijek se pobrinite da bebine i dječije ruke budu oprane nakon mijenjanja pelena.
9. Pobrinite se da svi koji su došli u dodir sa kućnim ljubimcima, naročito gmizavcima, peru ruke sapunom i mlakom vodom.
10. Ako pripremate hranu, kao što je napitak od jaja, sladoled ili sosove u koje se stavljaju svježa jaja, koristite pasterizovana jaja. Ova se mogu nabaviti u prodavnicama prehrambenih proizvoda u frižiderima, kao tekuća ili jaja u ljusci.