

Salmonele

Sprečavanje trovanja hranom Uputstva na srpskom jeziku



Salmonele su bakterije. One mogu izazvati obolenja sa prolivom, temperaturom, povraćanjem i bolovima u stomaku. U nekim slučajevima ta obolenja mogu izazvati i smrt.

Obolenja su skoro uvek uzrokovana jelima od proizvoda koji su zatrovani salmonelama.

Pridržavajući se nekoliko važnih pravila kod pohranjivanja i pripremanja hrane, takva obolenja se mogu izbeći.



Kako salmonele dospevaju u kuhinju?

Sa prehrambenim proizvodima kao što je perad, meso, jaja, riba i morski plodovi (npr. školjke, kamenice), sa kućnim ljubimcima i ljudima.

Stoga je potrebno znati gde se salmonele mogu pojaviti:

- na sirovoj peradi, delovima peradi i iznutricama peradi
- na sirovom i mlevenom mesu, na sirovoj ribi i morskim plodovima
- na ljusci od jaja i u jajima
- u crevima čoveka i životinja
- Salmonele se takodje pojavljuju u stolici ljudi i izmetu životinja.



Kod rada sa prehrambenim proizvodima posebno obratiti pažnju da:

- Perad **mora** biti dobro i nepromočivo upakovana.
- Perad **ne sme** dolaziti u dodir sa drugim prehrambenim proizvodima.
- Meso, riba i morski plodovi **ne smeju** dolaziti u dodir sa drugim prehrambenim proizvodima.
- Jaja kupovati **samo** u nelomljivim kutijama.
- Ako se jaje razbije, belance i žumance držati daleko od drugih prehrambenih proizvoda.



Četiri važna uputstva:

Salmonele se umnožavaju brzo na sobnoj temperaturi, u mlakim jelima, krompir-salati, takodje u neohladjenim pudinzima i kremama.

Na temperaturi frižidera salmonele se ne razmnožavaju. Frižider uključiti na niži stepen, ne više od +4 °C.

Pečenje, pohovanje, kuvanje i roštilj – znači visoka temperatura u jelima – ubija salmonele. Temperatura u jelu mora biti viša od +75 °C.

Duboko zamrzavanje ne ubija salmonele.



Kako se sprečava obolenje?

Paziti na pravilno pohranjivanje i pripremu:

- Spremati sirova jaja, sirovu perad, sirovo meso, sirovu ribu i morske plodove u frižider zapakovane i paziti da krv ili voda od sirovih namirnica ne zaprlja druge prehrambene proizvode.
- Posle rada sa sirovim prehrambenim proizvodima obavezno oprati ruke.
- Uvek paziti da posudje i kuhinjski aparati koji su upotrebljavani za rad sa sirovom hranom ne dolaze u dodir sa pripremljenim gotovim jelima.
- Sitniti krompir, mirodjije, luk i sl. samo na čistoj, ne u druge svrhe upotrebljavanoj dasci za sečenje i čistim nožem.
- Zagrevati sva jela dobro i paziti da kod pečenja, pohovanja, kuvanja, roštiljanja i sl. temperatura u jelu iznosi više od +75 °C.
- Paziti da pečenje, kuvanje i roštilj ne sadrži iznutrice peradi, mesa, ribe ili morskih plodova koji nisu sasvim pečeni, odnosno skuvani.
- Engleski biftek uvek sveže pripremati i odmah potrošiti.
- Krompir-salate i druge salate pripremati sa puno sirćeta.
- Držati gotova pripremljena jela samo kratko vreme do trošenja vruća (više od +75 °C) ili rashladiti ih brzo i spremite u frižider.
- Ostatke od pohovanja (paniranja) ne koristiti.



Ne pripremati

- jela sa sirovim jajima, sa sirovim belancem i sirovim žumancem
- jaja na oko koja nisu pečena sa obe strane
- supe sa sirovim jajetom kao dodatkom
- supe ili sosove sa jajetom koje nisu dovoljno kuvane
- pudinge i sl. sa jajima bez dovoljno kuvanja
- kreme, tiramisu, filove za torte sa sirom, sa sirovim jajima i penom od jaja
- bif-tartar sa sirovim jajetom
- kajganu od jaja koja nije dobro pečena



Biti posebno oprezan kod otopljanja duboko zamrznute peradi, ribe, morskih plodova i mesa

- Duboko zamrznute prehrambene proizvode stavljati u frižider da se otope.
- Hvatati otopljeni sok u posebnu posudu.
- Prati posudu za sakupljanje otopljenog soka u mašini za pranje posudja ili sa sredstvima za pranje i vrućom vodom.
- Ne ostavljati otopljeni sok u kuhinji.



Držati kuhinju savršeno čistu:

- Držati svoje radno mesto čisto.
- Koristiti u kuhinji samo krpe za jednokratnu upotrebu.
- Razdvajati sirove prehrambene proizvode od gotovo pripremljenih jela.
- Kašike, noževe, viljuške, tanjire, dasku i dr. što se koristi za spremanje sirove hrane odmah oprati u mašini za pranje posudja ili sa sredstvima za pranje posudja i vrućom vodom.
- Ljuske od jaja i ambalažu od sirovih namirnica odmah odlagati u otpad.
- Otpad skupljati u kible ili druga spremišta za otpad koja se mogu zatvoriti i ne držati ga u kuhinji.
- Strogo paziti da se kućni ljubimci (psi, mačke i dr.) ne zadržavaju u kuhinji.



Da li su potrebna sredstva za dezinfekciju?

- U pravilu je dovoljno pranje ruku toplom vodom i sapunom.
- Dovoljno je prati posudje i kuhinjske aparate u mašini za pranje posudja. Mašinu uključiti na +65 °C ili više.
- Takođe je dovoljno pranje sa sredstvima za pranje i vrućom vodom. Za ispiranje posudja koristiti vodu zagrejanu na +65 °C i više.
- Kod korištenja sredstava za dezinfekciju pridržavati se tačno propisa o upotrebi (količina i vreme delovanja).



Lična higijena

Čovek može salmonele uneti u kuhinju i širiti ih. On može biti i izlučilac i prenosnik salmonele.

- Stoga obavezno prati ruke sapunom i toplom vodom pre početka i posle svakog rada sa sirovim prehrambenim proizvodima.
- Obavezno prati ruke posle odlaska u WC i posebno biti pažljiv kod proliva.
- Za brisanje ruku koristiti peškire za jednokratnu upotrebu.
- U kuhinji nositi iskuvanu, čistu i svetlu radnu odeću i kapu. Kapu za jednokratnu upotrebu svakodnevno menjati.
- Imati čiste, nelakirane, kratko podrezane nokte.
- Za vreme rada u kuhinji ne nositi časovnik i nakit.
- Kuhinjsko osoblje sa simptomima neke od sledećih obolenja ne sme pripremati jela: alergije, upale, prehlade, gnojenja na rukama, glavi ili grlu.
- Povrede na rukama zaviti nepromočivim zavojem.
- Sa prvim simptomima proliva otići lekaru.
- Paziti da se za vreme pripremanja jela ne dolazi u dodir sa kućnim ljubimcima.