

Иерсиниоз

Иерсиниоз - природно-очаговое инфекционное заболевание, которое характеризуется поражением желудочно-кишечного тракта, общей интоксикацией, нередко кожными проявлениями, поражением печени, селезенки, суставов и других органов.

Инфекцию распространяют чаще всего мелкие грызуны: полевки, серые и черные крысы, домовые мыши и другие, привычные «жители» овощехранилищ, особенно если не приняты достаточные меры по недопущению их проникновения. Также источником могут послужить как дикие, так и домашние животные.

Заражение человека происходит чаще всего при употреблении загрязненных овощей, в т.ч. корнеплодов, фруктов, ягод – продукты повышенного риска.

Особенность возбудителя иерсиниоза – способность длительно сохраняться и размножаться при низких температурах (+4-+10°C), что объясняет появление клиники заболевания после употребления в пищу продуктов, длительно находившихся в холодильнике или овощехранилище. Опасными могут быть и соленья (квашеная капуста, помидоры, огурцы) – в них возбудитель сохраняется 3-15 дней, а также мясные, некоторые молочные продукты, в которых сохраняется до 20 дней. Очень часто, не учитывая эту особенность возбудителя, при помещении овощей, фруктов в холодильник, который всегда спасает от преждевременной порчи продуктов и размножения микробов, в случае с иерсиниями может сыграть злую шутку, если пренебречь тщательной подготовкой.

Инкубационный период от 1 до 6 дней. Заболевание характеризуется разнообразием клинических проявлений. Начинается остро с повышения температуры до 38-40 градусов, появляются озноб, головная боль, недомогание, слабость, боли в мышцах и суставах, першение в горле. Наряду с симптомами общей интоксикации часто на первый план выступают признаки поражения желудочно-кишечного тракта: боли в животе, тошнота, рвота, жидкий стул. На 1-6-й день болезни при экзантемной форме появляется сыпь, которая может быть точечной, мелко- или крупно-пятнистой без зуда кожи, сыпь обычно исчезает бесследно через 2-5 дней с последующим шелушением. При поражении печени пациент жалуется на тяжесть и боли в правом подреберье, желтушность кожи и склер, потемнение мочи, обесцвечивание кала. Нередки и поражения суставов, когда заболевание сопровождается сильными болями в суставах.

Меры профилактики:

- избегать любых контактов с грызунами;
- проводить истребительные мероприятия в отношении грызунов (дератизацию), не допускать проникновения грызунов в помещения хранения

пищевых продуктов, исключить возможность жизнедеятельности грызунов (освобождение от зарослей бурьяна, строительного и бытового мусора);

- в холодильник помещать только мытые, отсортированные и неповрежденные овощи, зелень, фрукты, ягоды;

- фрукты, ягоды после тщательного мытья под проточной водой ошпарить кипятком либо выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой;

- овощи (особенно редис, листовую зелень, лук зеленый, огурцы) тщательно промывать под проточной водой, очищать, затем повторно промывать под проточной водой, после этого – в охлажденной кипяченой воде (по возможности ошпаривать кипятком);

- салаты из сырых и отварных овощей готовить непосредственно перед употреблением;

- перед приготовлением салатов проводить бланшировку свежей капусты, моркови, репчатого лука путем погружения их после очистки и мытья в кипяток на 1-2 минуты, кочаны капусты, сняв первые 2-3 листа, предварительно разрезают на 2-4 части;

- не допускать чистку сырых овощей, картофеля на ночь, хранения очищенных сырых овощей в воде более двух часов с момента очистки; овощи, предназначенные для винегретов, салатов, варить в неочищенном виде;

- хранить неочищенные и очищенные отварные овощи не более 6 часов после окончания варки;

- не приобретать готовые салаты, соленья «с рук»;

- тщательное мытье рук, ножей, разделочных досок, посуды после работы с сырыми продуктами;

- соблюдать правила личной гигиены;

- с началом дачного сезона провести влажную уборку с дезсредством, до и после уборки проветрить помещение, использовать средства индивидуальной защиты (перчатки, маску, специальную одежду и др.), герметично упакуйте и выкиньте все продукты, хранившиеся зимой на даче, хранить продукты питания в плотно закрытых емкостях, недоступных грызунам.

При появлении симптомов не занимайтесь самолечением, незамедлительно обратитесь за медицинской помощью!