

SPREČAVANJE CREVNIH ZARAZNIH BOLESTI

Visoke letnje temperature, poremećaji u vodosnabdevanju, način ishrane, godišnji odmori i migracija stanovništva uz povećanje populacije insekata i glodara, su najznačajniji faktori koji dovode do većeg rizika za obolevanje od crevnih zaraznih bolesti.

Ove bolesti se prevashodno prenose zagađenom hranom, vodom i prljavim rukama, mada je u nehigijenskim uslovima značajna i uloga muva u širenju ovih infekcija.

Opšte i najvažnije mere prevencije svih crevnih zaraznih bolesti su pre svega sprečavanje fekalne kontaminacije hrane i vode za piće.

Stoga je neophodno obezbediti:

- Ø dovoljne količine higijenski ispravne vode za sve potrebe (piće, održavanje lične i opšte higijene);
- Ø higijensku dispoziciju fekalnih i drugih otpadnih materija;
- Ø redovno održavanje higijene ruku (pranje ruku tekućom vodom i sapunom posle svakog vršenja nužde i pre svakog obeda);
- Ø zaštitu gotove hrane od fekalne kontaminacije;
- Ø efikasno suzbijanje muva;
- Ø efikasnu borbu protiv glodara;
- Ø zdravstveno prosvetavanje radi upoznavanja stanovništva sa značajem crevnih zaraznih bolesti i mogućnostima njihovog sprečavanja i suzbijanja.

Hrana je veoma pogodna sredina za rast i razmnožavanje mnogih mikroorganizama, naročito leti. Najznačajnije namirnice u tom smislu su meso, jaja, voće i povrće kao i njihovi proizvodi.

Svako termički obrađeno jelo može se smatrati sigurnim ukoliko nije naknadno zagađeno.

Prevencija crevnih zaraznih bolesti zavisi pre svega od obrazovanosti ljudi koji rade na pripremi i distribuciji hrane, od sprovođenja pravilnih postupaka prilikom pripremanja i čuvanja hrane, kao i sprovođenja lične higijene.

SZO je dala " 10 zlatnih pravila za pripremu bezbedne hrane":

- 1) Odabrati bezdedan postupak obrade **ž**ivotnih namirnica
- 2) Prati ruke pre, u toku i posle pripreme hrane
- 3) Brižljivo i temeljno kuvati sve namirnice **ž**ivotinjskog porekla na temperaturi **viš**oj od 70°C
(naročito **ž**ivinu, svinjetinu, jaja i jela od mesa)
- 4) Pripremljenu hranu odmah jesti (ne **č**uvati je duže od 4h na temperaturi kuhinje)
- 5) Termički obrađenu hranu brižljivo **č**uvati, na t° **viš**oj od 60°C ili **niž**oj od 10°C (najbolje na +4°C u frižideru) i to u plitkim, pokrivenim posudama, ukoliko treba da se **č**uva duže od 2 h
- 6) Temeljno podgrejati kuvanu hranu
- 7) Sprečiti kontakt sirovih namirnica i termički obrađene hrane
- 8) Besprekorna **č**istoća kuhinjskog pribora
- 9) Zaštita hrane od pristupa insekata, glodara i drugih **ž**ivotinja
- 10) Korišćenje higijenski ispravne vode.

Sistematska vakcinacija i profilaksa lekovima se ne sprovode.