Зимой возрастает риск заразиться иерсиниозом, основные переносчики которого мыши.

Иерсиниоз – инфекция, которая поражает желудочно-кишечный тракт, сопровождается сыпью на коже, болями в мышцах и суставах. Случаи заболевания чаще встречаются в осенне-зимний период. Поэтому следует усилить меры профилактики.

Заражение чаще происходит при употреблении в пищу загрязненных продуктов: мяса, молока, овощей и корнеплодов в сыром виде или без предварительной термической обработки.

Главный источник – мыши, но могут быть свиньи, коровы, птицы. Инфекцию легко подхватить через свежие овощи, по которым ползали больные грызуны. Зимой вредители пробираются в личные погреба и сельхозхранилища, оставляя на урожае вредные бактерии. Особенно хорошо они сохраняются в моркови, капусте, луке (до двух месяцев). Бактерии способны жить в твороге и сыре около 20 суток. При пастеризации погибают только через 30 минут.

Важно помнить, что возбудитель иерсиниоза чрезвычайно устойчив к низким температурам. Легко переносит замораживание, но при кипячении быстро погибает. Инфекции не страшна пониженная температура холодильника. Более того, при 4-8 градусах бактерии лучше себя чувствуют и быстрее размножаются.

Чаще всего болезнь начинается внезапно с повышения температуры до 38-40 градусов, озноба, общей слабости. Температура держится 7-10 дней. Появляются головная боль, боль в мышцах и суставах, снижается аппетит. Пациент жалуется на тошноту, рвоту, боль в животе, расстройство кишечника. Часто добавляются признаки простуды - насморк, кашель, боль в горле. Могут увеличиться лимфоузлы, пожелтеть белки глаз и кожи.

Чтобы избежать заболевания:

- -необходимо проводить профилактические мероприятия по борьбе с грызунами;
- -сырые овощи и корнеплоды перед употреблением тщательно мыть водой, очищать от подгнивших участков, а затее ошпаривать кипятком;
- -раздельно хранить сырую и готовую продукцию;
- -соблюдать технологию приготовления блюд;
- -хранить продукты в течение рекомендованного срока годности, даже в холодильнике;
- -салаты есть только в свежеприготовленном виде;
- -разделочные доски и ножи после нарезки сырых овощей тщательно промывать и просушивать;
- -не реже одного раза в месяц мыть холодильник, чтобы предотвратить заражение продуктов иерсинией.