

PREVENCIJA CREVNIH ZARAZNIH BOLESTI

Crevne zarazne bolesti se prevashodno prenose zagadenom hranom, vodom i prljavim rukama, mada je u nehigijenskim uslovima znacajna i uloga muva u širenju ovih infekcija.

Opšte i najvažnije mere prevencije svih crevnih zaraznih bolesti su pre svega sprecavanje fekalne kontaminacije hrane i vode za pice. Stoga je neophodno obezbediti:

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

Hrana je veoma pogodna sredina za rast i razmnožavanje mnogih mikroorganizama, narocito leti. Najznacajnije namirnice u tom smislu su meso, jaja, voce i povrce kao i njihovi proizvodi.

Svako termicki obradeno jelo može se smatrati sigurnim ukoliko nije naknadno zagadeno.

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

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

- 1) Odabrati bezdedan postupak obrade životnih namirnica
- 2) Prati ruke pre, u toku i posle pripreme hrane
- 3) Brižljivo i temeljno kuvati sve namirnice životinjskog porekla na temperaturi višoj od 70°C (narocito živinu, svinjetinu, jaja i jela od mesa)
- 4) Pripremljenu hranu odmah jesti (ne cuvati je duže od 4h na temperaturi kuhinje)
- 5) Termicki obradenu hranu brižljivo cuvati, na t° višoj od 60°C ili nižoj od 10°C (najbolje na +4°C u frižideru) i to u plitkim, pokrivenim posudama, ukoliko treba da se cuva duže od 2 h
- 6) Temeljno podgrejati kuvanu hranu
- 7) Spreciti kontakt sirovih namirnica i termicki obradene hrane
- 8) Besprekorna cistoca sveg kuhinjskog pribora
- 9) Zaštita hrane od pristupa insekata, glodara i drugih životinja
- 10) Korišćenje higijenski ispravne vode.

Sistematska vakcinacija i profilaksa lekovima se ne sprovode.