



ПРЕВЕНТИВНИ МЕРКИ ЗА ЗАШТИТА ОД БОЛЕСТИ КОИ СЕ ПРЕНЕСУВААТ ПРЕКУ ХРАНА

- Да не се консумира сирова, термички непреработена храна од животинско потекло (месо и производи од месо, млеко и млечни производи, јајца).
- Свежите прехранбени продукти треба да се чуваат во разладни уреди (фрижидери) за да се спречи размножување на бактериите и лачење на токсини.
- Да се избегнува подготвување и консумација на храна од свежи, термички непреработени животински намирници (кремови, сладоледи, крем сирења и сл.).
- Термичката обработка на храната да биде доволно долга и на доволно висока температура за да ги уништи бактериите и нивните токсини и во внатрешноста на храната (дебели парчиња месо).
- Храната да се користи веднаш по подготвувањето. Доколку не се употреби веднаш, да се чува на температура до 4°C (во фрижидер) или над 70°C до нејзина употреба.
- Обработката на термички нетретираната и третираната храна да се врши на различни работни површини, со различен прибор и во различни садови.
- Темелно чистење и миење на садовите, кујнскиот прибор, работните површини и рацете, пред и после ракувањето со храна - сирова или термички обработена.
- Свежиот зеленчук, овошјето и салатите треба темелно да се измијат под силен млаз вода - пред јадење, сецкање или готвење, па дури и кога се излупени.
- Да се избегнува храна од тезги на улица, брза храна, како и др. храна и вода од несигурни извори.
- Темелно миење на рацете пред и после јадење.
- Безбедно складирање на храната и нејзина заштита од инсекти и глодари.
- Лицата кои спаѓаат во "ризични категории", поради тоа што болеста може да се манифестира во потешка форма, со компликации и лош исход (лица со хронични болести и намален имунитет, постари лица над 65 годишна возраст, мали деца, бремени жени), треба посебно да обрнат внимание на претходните препорачани мерки, особено да избегнуваат консумација на меки сирења, непастеризирано млеко и млечни производи, паштети и готови салати, да избегнуваат храна од кулинарски тезги, брза храна, да избегнуваат консумација на претоплована, претходно оладена храна, како и избегнување на контакт со бремени или новородени животни.