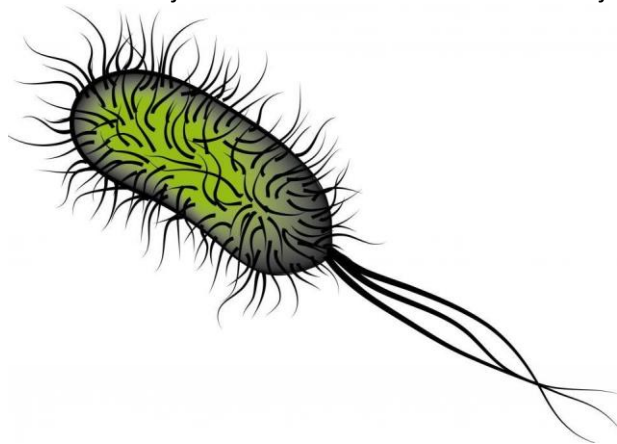


SALMONELÓZA

Opäť je tu leto a horúce dni plné slnka nám prinášajú nielen radosti, ale aj starosti. Aký opaľovací krém používať, aby sme uchránili svoju pokožku pred slnečnými lúčmi? Aký pitný režim nasadiť, aby náš organizmus zvládol horúčavy? Hrozbou leta je však aj ochorenie nazývané salmonelóza. Laboratórna diagnostička PharmDr. Gabriela Temerová z Oddelenia klinickej mikrobiológie vo Fakultnej nemocnici s poliklinikou Skalica, a.s. poradí čitateľom Záhoráka ako sa chrániť pred salmonelózou.

ČO JE SALMONELÓZA?

Salmonelóza je infekčné ochorenie. Pôvodcom je



baktéria nazývaná salmonela, ktorá nás preháňa nielen v lete ale po celý rok. Bežne sa vyskytuje v črevách zvierat a odtiaľ sa môže preniesť na ľudí.

AKO SA MÔŽE ČLOVEK NAKAZIŤ?

K infekcii dochádza po konzumácii potravín, ktoré nie sú dostatočne tepelne spracované a obsahujú salmonely. Do potravín sa salmonela dostane z nedostatočne umytých rúk, ktoré sa dostali do kontaktu so stolicou nakazených zvierat. Ďalším zdrojom salmonelovej hnačky sú výrobky z nakazených zvierat, alebo zelenina, ovocie a voda, ktoré sa kontaminovali výkalmi zvierat. Najčastejšie dochádza k prenosu infekcie z domácich zvierat a ich produktov (mäso, mlieko, vajcia), z rýb a doma chovaných korytnačiek, plazov, vtákov, mačiek a psov...

AKÉ SÚ PRÍZNAKY SALMONELÓZY?

Obyčajne po 8 až 10 hodinách po požití kontaminovanej potravy dochádza k rýchlemu rozvoju príznakov ako sú nevoľnosť, zvracanie, bolesť hlavy, kŕčovité bolesti brucha, hnačka, teplota až do 39°C, ktorá však trvá len niekoľko hodín až dní. Stolica je riedka, vodnatá až striekajúca, postupne mení farbu na zelenú, spravidla bez hlienu a krvi niekoľkokrát denne. Chorý je najmä prvý deň slabý, čo je zapríčinené

výraznou stratou tekutín a minerálov. Tieto príznaky pretrvávajú niekoľko dní. Ak je organizmus v dobrej kondícii a celkový počet choroboplodných zárodkov nebol veľký, dá sa salmonelóza "preskakať" bez väčších problémov a nie je nutné vyhľadať lekársku pomoc. Nemusí to tak ale byť u malých detí a starších ľudí. U nich môže mať ochorenie ťažký priebeh a môže dôjsť až k šokovému stavu.

AKO SA DIAGNOSTIKUJE SALMONELÓZA?

Salmonelóza sa diagnostikuje klinickými príznakmi a mikrobiologickým vyšetrením stolice. Pôvodca ochorenia sa dá identifikovať aj mikrobiologickým vyšetrením podozrivého jedla, čo je dôležité pri zisťovaní prameňa pôvodcu infekcie. Nález salmonel a výskyt ochorenia podlieha povinnému hláseniu epidemiológovi.

AKO LIEČIŤ SALMONELÓZU A JE MOŽNÉ PROTI NEJ OČKOVANIE?

Veľmi nebezpečné sú predovšetkým hnačky a zvracanie, pretože dochádza k veľkým stratám vody v organizme. Najhoršie sa s tým vyrovnávajú malé deti a starší ľudia, pre ktorých sa môže salmonelóza končiť aj smrťou. Nekomplikovaný priebeh choroby sa lieči v domácom prostredí. Podáva sa dostatok tekutín ako nesladený čaj, nesýtené stolové minerálky a šetriaca diéta s minimálnym množstvom tuku a dráždivých látok. Pri vysokých stratách tekutín je nevyhnutné pacienta zavodniť podaním infúzie.

Antibiotiká sa podávajú len výnimočne pri ťažkom priebehu. Netreba užívať ani žiadne prípravky proti hnačke, lebo práve hnačkou sa salmonela dostane z tela von. Vhodné sú črevné adsorbenty (živočíšne uhlie, Smecta...), ktoré uľahčia priebeh choroby a probiotiká, čo sú živé mikroorganizmy, ktoré pri podaní v dostatočnom množstve upravujú prirodzenú flóru v čreve. Zdravotný stav sa po niekoľkých dňoch výrazne zlepší, príznaky postupne odznejú. Vylučovanie salmonel však môže pretrvávať niekoľko týždňov až mesiacov, až

spontánne prestane. Takýto vylučovateľ môže byť zdrojom nákazy pre svoje okolie a nemal by preto pripravovať potravu a nápoje pre druhých ľudí, ani navštevovať verejné kúpaliská. Nesmie sa zabúdať na dezinfekciu rúk a predmetov, ktorých sa chorý dotýkal. Najúčinnější je Chloramin a Savo v predpísanej koncentrácii. V súčasnosti neexistuje žiadna očkovač látka proti salmonelóze.

AKO PREDCHÁDZAŤ SALMONELÓZE?

Pozitívnu správou je, že aj salmonelóze sa dá vyhnúť. Stačí len dodržiavať základné pravidlá hygieny, skladovania a úpravy potravín. Prioritou v prevencii je dostatočná tepelná úprava potravín.

Teplota nad 60 °C počas 20 minút salmonely usmrčuje. Odporúča sa uvarené potraviny skonzumovať v čo najkratšom čase, alebo ich uchovávať v chladničke. Treba zabrániť kontaktu uvarených potravín so surovými. Je nutné umývať si ruky pred prácou s potravinami, udržiavať kuchynský riad v čistote a používať len pitnú vodu. Pri nákupe rizikových potravín je potrebné vybrať tie, ktoré sú po technologickom spracovaní hygienicky nezávadné. Netreba zabúdať na ochranu potravín pred hlodavcami a hmyzom.