

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

Сальмонелла

Сальмонелла бактериялар тобының атауы. Сальмонелла инфекциясы немесе сальмонеллез - ішек жүйесіне әсер ететін қарапайым бактериялық ауру. Сальмонелла бактериялары әдетте жануарлар мен адамдардың ішектерінде өмір сүреді және нәжіспен шығарылады. Адамдар көбінесе сумен немесе тамақпен жұқтырады, бұл айкаспалы ластану деп аталады.

Бұл гастроэнтерит немесе асқазан-ішек инфекциясын тудырағын бактерия. Олар безгегімен, іштің ауыруымен, диареямен көрінеді, ал кейбір науқастарда, әсіресе өте жастарда, қарттарда немесе иммунитеті төмен адамдарда мұндай инфекцияның салдары сусызданудың жоғары дәрежесімен ықтимал ауыр болуы мүмкін. Кейбір жағдайларда сальмонелла инфекциясымен байланысты диарея медициналық көмекті қажет ететіндей сусыздануы мүмкін. Егер инфекция ішектен тыс таралса, өмірге қауіп төндіретін асқынулар да болуы мүмкін. Егер адам гигиеналық жағдайы нашар елдерге барса, сальмонеллезді жұқтыру қаупі жоғары болады.

Жіні ластануы мүмкін тағамдарға мыналар жатады:

- Шикі сиыр еті, құс еті және балық; Нәжістерді сою процесінде шикі сиыр мен құс етіне енгізуге болады. Моллюстер мен балықтар ластанған судан шықса, ластануы мүмкін.

- Шикі жұмыртқалар: Жұмыртқа қабықтары инфекцияға қарсы тамаша тосқауыл болып көрінгенімен, кейбір жұқтырған тауықтар қабығы пайда болғанға дейін құрамында сальмонелла бар жұмыртқалар шығарады. Шикі жұмыртқалар үйдегі майонез жасауға қолданылады, сондықтан сарапшылар, әсіресе кәметке толмағандарға олардан бас тартуға кеңес береді.

- Нашар жуылған жемістер мен көкөністер: Кейбір жаңа піскен ауылшаруашылық өнімдері далада суарылған немесе өңдеу кезінде сальмонелламен ластанған сумен жуылған болуы мүмкін, сондықтан жемістер мен көкөністерді тұтыну алдында жақсы дезинфекциялау маңызды. Шикі сиыр немесе құс етінен алынған шыршындар салаттар сияқты шикі тағамдармен байланыста болған кезде де ластану ас үйде болуы мүмкін.

Сальмонеллалардың алдын алудың дұрыс жолы – жемістер мен көкөністерді, ыдыс-аяқты және басқа да ас үй құралдарын дұрыс жуу, ет пен көкөністерге басқа кесу тастасын пайдалану және ас үйді дұрыс санитарлық тазалау.

Етті де, жұмыртқаны да жууға болмайды, өйткені бұл кері әсер етеді және бактериялардың

өршіуін одан әрі таратады. Олар тоназытқышта немесе мұздатқышта сақталған кезде де солай болады. Мұны бөлек секторларда сақтау керек және пісірілген тағамды шикі ет немесе жұмыртқа бар беттерге қоймаңыз, тез бұзылатын тағамды ешқашан тоназытқыштан екі сағаттан артық қалдырмаңыз және толық пісірілген етті жегеніңізге көз жеткізіңіз.

Мәселе ластанған тағамды иіс арқылы тануға болмайтындығы немесе олардың түсі мен басқа белгілері білінбейді. Сондықтан сальмонелла шикі тағамдарда болуы мүмкін екенін білу маңызды.

Осыған байланысты ас үйде гигиенаны сақтау өте маңызды, сондай-ақ тасымалдау және тамақ дайындау кезінде арнайы температураны сақтау. Сальмонеллалар 10-нан 47 градусқа дейінгі температурада көбейеді. Екінші жағынан, жұмыртқа мен ет әрқашан тоназытқышта болуы керек.

Ет пен көкөністерді кесу үшін әртүрлі үстелдер мен пышақтарды пайдаланыңыз. Тақталар мүмкіндігінше тегіс болуы керек және тесіктер немесе ойықтар болмауы керек, себебі тақта қаншалықты жуылғанына қарамастан, сальмонелла бұл жерлерде өмір сүре алады.

Жуылғанды кептіру жақсы, өйткені барлық микроорганизмдер көбеюі және өмір сүруі үшін ылғал қажет.

Сальмонелла инфекциясының инкубациялық кезеңі бірнеше сағаттан екі күнге дейін созылады. Көптеген инфекцияларды вирустық гастроэнтерит ретінде жіктеуге болады.

Мүмкін болатын белгілер мен белгілердің кейбірі:

- жүрек айнуы
- құсу
- іштің құрысулары
- диарея
- талшық
- қалтырау
- бас ауруы
- нәжісте қан

«Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау Министрлігінің санитариялық-эпидемиологиялық бақылау Комитетінің Қостанай облысы санитариялық-эпидемиологиялық бақылау Департаментінің Жітіқара аудандық санитариялық-эпидемиологиялық бақылау Басқармасы» РММ бас маманы Самбетова Ш.Т.

Сальмонелла - это название группы бактерий. Инфекция сальмонеллой, или сальмонеллез, - распространенное бактериальное заболевание, которое поражает пищеварительную систему. Бактерии сальмонеллы обычно живут в кишечнике животных и человека и выделяются с фекалиями. Люди чаще всего заражаются водой или пищей в результате так называемого перекрестного заражения. Это бактерия, которая вызывает гастроэнтерит, или желудочно-кишечную инфекцию. Проявляется лихорадкой, болями в животе, диареей, а у некоторых пациентов, особенно у самых молодых, пожилых людей или людей с ослабленным иммунитетом, последствия такой инфекции могут быть потенциально серьезными с высокой степенью обезвоживания. В некоторых случаях из-за диареи, связанной с заражением сальмонеллой, организм может обезвоживаться до такой степени, что требуется медицинская помощь. Опасные для жизни осложнения также могут возникнуть, если инфекция распространится за пределы кишечника. Риск заражения сальмонеллой выше, если человек путешествует в страны с плохими гигиеническими условиями.

Продукты, которые часто могут быть инфицированы:

- сырая говядина, мясо птицы и рыба: фекалии могут попасть на мясо в процессе убоя, моллюски и рыба могут быть заражены, если они получены из загрязненной воды;

- сырые яйца: хотя яичная скорлупа может показаться идеальным барьером против заражения, некоторые инфицированные куры производят яйца, содержащие сальмонеллу, еще до образования скорлупы. Сырые яйца используются при приготовлении домашних майонезов, поэтому специалисты советуют избегать их употребления, тем более несовершенным;

- плохо вымытые фрукты и овощи: некоторые свежие сельскохозяйственные продукты могли быть политы в поле или промыты во время обработки водой, загрязненной сальмонеллой, поэтому важно дезинфицировать фрукты и овощи перед их употреблением. Загрязнение также может произойти на кухне, когда соки из сырой говядины или птицы вступают в контакт с сырыми продуктами, такими как салаты.

Эффективный способ предотвратить сальмонеллу - тщательно мыть фрукты и овощи, посуду и другие кухонные принадлежности, использовать разные разделочные доски для мяса и овощей и правильно дезинфицировать кухню.

Как для мяса, так и для яиц важно не мыть

их, так как это контрпродуктивно - бактерии распространятся еще больше. Бактерии могут попасть на другие продукты и при хранении мяса и яиц в холодильнике или морозильной камере. Поэтому следует использовать отдельные секторы и избегать размещения приготовленной пищи на поверхностях, где было сырое мясо или яйца. Нельзя оставлять скоропортящиеся продукты вне холодильника более чем на два часа. Также помните, что употреблять нужно только хорошо сваренное и полностью прожаренное мясо.

Проблема заключается именно в том, что зараженная пища не может быть распознана по запаху или из-за того, что она имеет другой цвет или другую индикацию. Вот почему важно знать, что сальмонелла может присутствовать в сырых продуктах.

В связи с этим очень важно соблюдать гигиену на кухне, а также поддерживать адекватную температуру при транспортировке и приготовлении пищи. Сальмонеллы размножаются при температуре от 10 до 47 градусов. С другой стороны, яйца и мясо всегда должны быть в холодильнике.

Необходимо использовать разные столы и ножи для резки мяса и овощей. Доски должны быть как можно более плоскими и не иметь пазов или вырезов, потому что сальмонелла может жить в них независимо от того, насколько хорошо доска вымыта. Хорошо просушивайте помидоры, так как все микроорганизмы нуждаются во влаге для размножения и выживания.

Инкубационный период заражения сальмонеллой составляет от нескольких часов до двух дней. Большинство инфекций можно классифицировать как вирусный гастроэнтерит. Некоторые из возможных признаков и симптомов:

- тошнота;
- рвота;
- спазмы в животе;
- диарея;
- фибре;
- озноб;
- головная боль;
- кровь в стуле.

Ш. САМБЕТОВА, главный специалист РГУ «Житикаринское районное Управление санитарно-эпидемиологического контроля Департамента санитарно-эпидемиологического контроля Костанайской области Комитета санитарно-эпидемиологического контроля МЗ РК».

ПОЛИТИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ГРАЖДАН

Престиж воинской службы

В Казахстане продолжается работа по реализации поручений Главы государства по повышению престижа воинской службы и мотивации молодежи к выполнению воинского долга. Министерством обороны реализуется Программа военно-патриотического воспитания молодежи, а также внедряются новые подходы по формированию у молодого поколения патриотических ценностей, взглядов и убеждений.

Армия и силовые структуры – неперемный атрибут сильного государства для защиты его суверенитета, независимости, территориальной целостности, нейтрализации внешних и внутренних военных угроз. Казахстан заботится о своей армии, количестве и качестве её оснащения, подготовленности военных. Служба в рядах Вооружённых сил, других войск и воинских формирований Республики Казахстан в наши дни открывает перед молодыми людьми от 18 лет массу возможностей.

Если нет противопоказаний по состоянию здоровья и психологическому отбору, то призывник считается годным к воинской службе. За один год службы, при условии добросовестного выполнения всех обязанностей, соблюдении правовых норм, рядовой солдат может стать квалифицированным специалистом-обладателем военно-учётной специальности и кандидатом на прохождение воинской службы по контракту, на поступление в Кадетский корпус или в высшие военные учебные заведения (позволяет



стать бакалавром, получить первое офицерское звание и в последствии построить карьеру вплоть до генерала).

Начиная с этого года Министерством обороны РК предоставлено право гражданам, отслужившим срочную воинскую службу, поступать в вузы на платной основе в течение двух лет после ее прохождения без учёта Единого национального тестирования. А также могут обучаться на военной кафедре гражданского вуза без вступительных экзаменов и бесплатно. Предусматривается и получение бесплатного высшего образования за счёт гранта вуза. Такая возможность будет предоставляться наиболее дисциплинированным и достойным военнослужащим, достигшим в период срочной воинской службы высоких результатов в боевой подготовке. Плюс они получат еще одно преимущество – с этого года в учебных центрах будет осуществляться их подготовка

по военно-учетным специальностям, родственным гражданским, востребованным в реальном секторе экономики, с выдачей соответствующих свидетельств государственного образца.

В общественности есть термин «социальный лифт», который представляет собой механизмы трансформации социального статуса человека в обществе. Для многих категорий граждан важнейшим социальным лифтом была и остается служба в ВС РК. На службу по контракту, ПС КНБ и других войсках и воинских формированиях преимущественно призывают граждан, отслуживших срочную службу.

Но главным мотивом срочной службы в армии во все времена была, есть и будет любовь к матери, семье, Родине, стремление защитить и оберегать свой край.

ОДО Житикаринского района.

Көңіл айту

Байнақатова Жәмилә Қабдоллақызы 2023 жылғы 01 маусым күні 67 жасында көз жұмды...

Жәмилә Қабдоллақызы 1956 жылдың 30 сәуірінде Қытай Халық Республикасының Харбин қаласында дүниеге келген.

1981 жылы Алматы қаласындағы Қазақ Ұлттық университетін тәмамдаған соң еңбек жолын 1977 жылы Талдықорған облысының Аралтөбе орта мектебінде математика мұғалімі болып бастаған екен. 1981 жылы Жітіқара ауданының Шевченко ауылының орта мектебінде физика мұғалімі болып келіп, 1985-1991 жылдар аралығында Жітіқара ауданының мектептерінде ұстаздық етті.

1991 жылдан бастап Жітіқара қалалық халыққа білім беру бөлімінің әдіскері болып орналасады, содан бері Жітіқара ауданының білім бөлімінде бас маман лауазымына көтеріліп, әр түрлі бағыттағы жұмыстарға жетекшілік етті. Жітіқара ауданында қазақ тілін қолдану мен дамытудың мемлекеттік бағдарламасын іске асыруда бірталай еңбек сіңіріп, 2015 жылы зейнеткерлікке шыққан болатын.

Жәмилә Қабдоллақызы өзінің көпжылдық еңбек жолында ауданымыздың білім саласындағы адал еңбегі үшін аудандық және облыстық деңгейдегі алғыс хаттар мен мадақтамаларға ие болған жан. Білім және Министрлігінің, Қостанай облысы білім басқармасының грамоталарымен, «Жітіқара ауданына 90 жыл» мерейтойлық медалімен марапатталған.

Жітіқара ауданының білім саласында білікті-білімді еңбегімен қызмет еткен, Жәмилә Қабдоллақызы біздер үшін тек әріптес қана емес. Ол – адал жар, үлгілі ана, бақытты әже, мейірімді жан, ақылы дос болды. Кең жүректі, жаны жайсаң адам еді.

Жәмилә Қабдоллақызының қайтыс болуына байланысты туған - туыстары мен отбасына бұл орны толмас қазаға қайғыра көңіл айтамыз. Артында қалған ұрпақтарына ұзақ ғұмыр берсін.

Бұл - бәріміз үшін мезгілсіз келген қайғы, өкініш...

Оның жарқын бейнесі жадымызда мәңгі сақталады!



«Жітіқара ауданының білім бөлімі» ММ ұжымы.