На пороге новогодние праздники, сопровождающееся посещениями родных, близких, друзей и знакомых с полными столами различных кулинарных изделий. Хозяйки заблаговременно закупают продукты, накануне праздников Рождества и Нового года, готовят большое количество различных кулинарных блюд, салатов, кондитерских изделий.

Накрывая праздничный стол, следует помнить, что с пищей могут передаваться возбудители острых кишечных инфекций: сальмонеллы, иерсинии, шигеллы (возбудитель дизентерии), ротавирусы и другие. Также в продуктах или блюдах при несоблюдении условий и сроков хранения могут накапливаться токсины микроорганизмов, которые вызывают острое пищевое отравление – «пищевая токсикоинфекция».

В период подготовки к празднику в целях сохранения здоровья и недопущения возникновения и распространения инфекционных заболеваний необходимо уделять особое внимание их профилактике.

Основными причинами пищевых отравлений и острых кишечных инфекций в праздничные дни является не соблюдение правил личной гигиены, нарушения технологии приготовления блюд, температурных режимов их хранения.

Пищевые отравления в новогодние праздники более чем в половине случаев происходят из-за неправильного хранения и употребления в пищу оставшихся с Нового года кулинарных изделий и других скоропортящихся продуктов.

**Для предупреждения пищевых отравлений необходимо соблюдать следующие меры профилактики:**

— не храните скоропортящиеся продукты, в том числе готовые салаты при комнатной температуре более 2-х часов, так как это может привести к накоплению бактерий и токсинов и послужить причиной возникновения острых кишечных инфекций или пищевых отравлений при употреблении таких продуктов;

— пирожные, торты с кремом храните только в холодильнике, не забывайте, что это скоропортящиеся продукты в которых интенсивно могут размножаться микроорганизмы;

— не смешивайте свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня. Если готовая пища осталась на другой день обязательно перед употреблением необходимо её подвергнуть термической обработке (прокипятить, прожарить).

Выполнение этих простых правил поможет Вам предотвратить заболевание и не испортить новогоднего настроения.

**Также во всем поддерживайте чистоту:** содержите в чистоте кухонную, столовую посуду и столовые приборы; регулярно мойте с моющими средствами все поверхности и кухонные принадлежности, используемые при приготовлении пищи; предохраняйте кухню и продукты от насекомых, грызунов; тщательно мойте под проточной водой зелень, овощи, фрукты, используйте солевой раствор или раствор уксуса.

**Соблюдайте личную гигиену:** мойте руки с мылом перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией; мойте руки после посещения туалета, возвращения с улицы.

**Отделяйте сырые и готовые к употреблению продукты:**используйте при транспортировке раздельную упаковку для готовой к употреблению и сырой продукции; отделяйте сырые мясо, мясо птицы, морепродукты от готовых пищевых продуктов; используйте отдельные разделочные доски и ножи для готовой к употреблению и сырой продукции.

**Соблюдайте технологию приготовления блюд:** тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца, морепродукты; при готовке мяса или птицы их соки после прокола должны быть прозрачными.

**Соблюдайте условия хранения и сроки годности:** храните продукты питания с учетом сроков их годности, просроченные выбрасывайте без сожаления.

**Кроме того, следует соблюдать следующие правила:**

не готовьте заблаговременно скоропортящиеся блюда из мяса, мяса птицы, яиц, а также салаты, паштеты, пудинги, кулинарные изделия с кремом;

готовьте пищу в таком количестве, чтобы употребить ее в течение 1-2 дней;

охлаждайте без задержки, приготовленные скоропортящиеся блюда (для охлаждения температура должна быть не выше + 6°С);

не храните пищу и продукты длительное время даже в холодильнике, особенно если герметичная упаковка продукта нарушена.

Покупайте алкоголь только в торговых организациях, имеющих лицензию на продажу алкоголя. Обращайте внимание на качество упаковки и наличие специальной или акцизной марки: как правило, легальные производители разливают продукцию в тару, имеющую особенные отличительные признаки, а этикетка наклеена ровно без перекосов.

Если Вы чувствуете себя не здоровым (боли в животе, тошнота, рвота, диарея) ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей, а немедленно обратитесь к врачу, потому что Вы можете быть носителем инфекции.

**Соблюдение перечисленных рекомендаций поможет избежать неприятностей, связанных с пищевыми отравлениями и не омрачить праздник.**

пом. врача гигиениста Суета Е.Р.