

Zatrucia pokarmowe – czy można ich uniknąć?

dok. ze str. 4

wodnieniu. Jak powszechne są to wirusy, może świadczyć liczba zakażeń. W roku 2009 na biegunki rotawirusowe na Opolszczyźnie zachorowało 499 osób, głównie dzieci. Temu zakażeniu można zapobiegać szczepiąc maluchy szczepionką przeciwko rotawirusom.

Na zachorowania na **wirusowe zapalenie wątroby typu A** są w szczególności narażone osoby podróżujące, gdyż wirus najczęściej „grasuje” w Afryce i Azji. Wirus szerzy się głównie drogą pokarmową, przez zakażone produkty żywnościowe - warzywa, owoce, owoce morza nie poddane skutecznej obróbce termicznej, wodę. Aby ustrzec się zółtaczką pokarmowej (WZW typu A) należy przestrzegać podstawowych zasad higieny, ale nikt nie zagwarantuje nam, że nawet w najlepszym hotelu podana nam wykwintna sałatka nie była przyrządzana przez kucharza, który przed chwilą wyszedł z toalety nie myjąc rąk, a jest nosicielem wirusa. Tak więc przede wszystkim szczepiąc się przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A uchronimy się przed zakażeniem. Dwie dawki szczepionki dają odporność na całe życie.

Zaszczepić się można również przeciwko **durowi brzuszemu**, którą to chorobę wywołuje jeden z typów Salmonella. Nie jest to odporność 100-procentowa, ale gwarantuje łagodny przebieg choroby w przypadku zakażenia.

Ostatnio często „gości” na naszych stołach **Yersinia i Campylobacter**. Bakteriami najczęściej można zakażać się, jedząc surowe lub niedogotowane mięso wieprzowe. Dlatego urządzając letnie grillowanie trzeba pamiętać, aby mięso piec długo, tak aby nie było krwiste. **Karkówka może być pełna pałeczek Yersinia, nawet jeśli wcześniej była przechowywana w lodówce.** Z kolei Campylobacter bytuje najchętniej w drobiu. Bakterie mnożą się w żywności nawet w temperaturze 4°C. Nośnikiem bakterii Yersinia i Campylobacter może też być niepasteryzowane mleko, zakażone produkty roślinne przechowywane długo w chłodni (mrożonki), zanieczyszczona odchodami woda. Objawy zakażenia czasem przypominają zwykłe zatrucie pokarmowe. Pojawia się biegunka (nawet z domieszką krwi), gorączka i bóle brzucha, które bardzo przypominają objawy zapalenia wyrostka robaczkowego. Często temu zatruciu towarzyszy zapalenie stawów, zmiany na skórze.

O zatruciach pałeczkami **Salmonella** powiedziano już chyba wszystko, ale nadal wywołuje ona choroby i warto przypomnieć podstawowe wiadomości. Jej źródłem są produkty pochodzenia zwierzęcego: mięso, mleko, jaja. Człowiek chorey lub nosiciel wydalą pałeczki z kałem i jeśli nie przestrzega zasad higieny, może przynieść je na produkty spożywcze. Roznosicielami zarazków są też owady, dlatego tak ważne jest chronienie żywności przed kontaktem z nimi. Również nieprawidłowe przechowywanie żywności doprowadza do szybkiego namnażania się pałeczek, szczególnie w sałatkach, kremach, lodach. Należy też pamiętać o tym by w naszych lodówkach mięso, drób czy jaja nie stykały się z produktami, potrawami, które spożywamy na surowo. Salmonella ginie w wysokich temperaturach, dlatego żywność po ugotowaniu lub usmażeniu jest bezpieczna. Jeżeli natomiast potrzebujemy surowych jaj trzeba je koniecznie dokładnie umyć i na ok. 10 sekund zanurzyć we wrzątku. Jednak latem lepiej zastąpić swojski majonez „kupnym”, a ciasta z kremem np. biszkoptem z truskawkami. **Objawy choroby mogą pojawić się od kilku godzin do 7 dni od pożycia skażonej potrawy** i prowadzić do zaburzenia gospodarki wodno-elektrolitowej, odwodnienia, w skrajnych przypadkach niewydolności krążenia. Szczególnie niebezpieczne są u niemowląt, małych dzieci i osób w podeszłym wieku lub z obniżoną odpornością, u których rozwinąć się może zakażenie układowe – bakterie docierają do krwi i narządów wewnętrznych powodując np. zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, ropnie płuc i inne ciężkie schorzenia.

Groźnym dla nas jest także **gronkowiec złocisty**, a raczej produkowana przez niego toksyna. Szczególnie uważać należy na produkty rozmrożone i ponownie zamrożone, np. lody. Objawy zatrucia, tj. gorączka, wymioty i bóle brzucha mogą wystąpić już po pół godzinie. By ustrzec się zatrucia trzeba zwrócić uwagę na wygląd kupowanych lodów. Sprawdzić należy czy polewa nie jest uszkodzona, czy powierzchnia lodów jest równa, czy lody nie są pokryte szronem, czy nie ma śladów splanowania lodów po ściankach opakowania. **Należy również wiedzieć że gronkowiec może występować w ciastach z kremem, wędlinach, majonezie, drobiu.**

Jeśli mowa o zatruciach pokarmowych nie sposób nie wspomnieć o zatruciach grzybami. Zapowiada się obfitujący w grzyby sezon. Zbierając je należy kierować się zasadą – jeśli nie znam grzyba, nie jestem pewny, że jest jadalny, to go nie zrywam. Natomiast podstawową zasadą przy zatruciu grzybami jest jak najszybsze pozbycie się toksyn z organizmu – wywołanie wymiotów, biegunki i jak najszybsze dotarcie do lekarza.

Kiedy pogoda nie szczydzi deszczu i podtopień, a ciepło i wilgoć w sposób szczególnie wpływają na rozwój bakterii chorobotwórczych jesteśmy bardziej niż zwykle narażeni na zatrucia pokarmowe. By im zapobiec powinniśmy przestrzegać kilku zasad:

- jak najczęściej myć ręce, koniecznie po wyjściu z toalety i przed przygotowaniem posiłków,
- mleko, jaja, mięso przechowywać oddzielnie – uniknie się przenoszenia na inne produkty szkodliwych substancji,
- zwracać uwagę na datę ważności produktów, na stan opakowania – czy nie jest pomięte, uszkodzone, czy nie nosi śladów rozmrożenia,
- unikać picia nieprzygotowanej wody z kranu,
- produkty łatwo psujące się przechować w lodówce.

Jeżeli mimo zachowania środków ostrożności nie ustrzeżliśmy się zatrucia pamiętajmy, by nawadniać organizm – pić często, małymi porcjami. Wyeliminować należy mocną herbatę, kawę, napoje gazowane, alkohol. Nie należy zapobiegać wymiotom, ale przy tym dużo pić, aby się nie odwodnić. Unikać potraw ciężkostrawnych, tłustych, smażonych, wędzonych, ostrych przypraw, produktów w zalewie octowej. Spożywać kleiki ryżowe, sucharki, stopniowo rozszerzając dietę o chude sery, gotowane mięso drobiowe. Przyjmować leki zaordynowane przez lekarza.

**Bogusława Grela
PSSE w Strzelcach Op.**

Zarząd Powiatu Strzeleckiego informuje

że w dniu 10 sierpnia 2010 roku o godzinie 10⁰⁰ w siedzibie Starostwa Strzeleckiego przy ul. Jordanowskiej nr 2, w sali narad na II piętrze odbędzie się rokowania w celu sprzedaży nieruchomości Powiatu Strzeleckiego, położonej w Strzelcach Opolskich, Osiedle Piastów Śląskich, niezabudowanej. Nieruchomość oznaczona jest numerem działki 5049/17 o powierzchni 0,0650 z mapy 15, a wpisana jest w księdze wieczystej nr 46595 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Strzelcach Opolskich. W planie zagospodarowania przestrzennego teren przeznaczony jest pod usługi handlu, gastronomii i rzemiosła nieuciążliwego. Obecnie nieruchomość jest przedmiotem dzierżawy do dnia 2 grudnia 2010 roku.

Cena wywoławcza nieruchomości – 57 600,00 zł.

Do ceny sprzedaży dolicza się 22 % podatek VAT. W celu sprzedaży nieruchomości przeprowadzono dwa przetargi ustne, nieograniczone w dniach : 8 stycznia 2010 roku i 19 maja 2010 roku. Przed przystąpieniem do rokowań należy wpłacić zaliczkę w kwocie 3 000,00 zł tytułem zabezpieczenia kosztów w przypadku uchylecia się od zawarcia umowy, w terminie do dnia 6 sierpnia 2010 r. na konto Starostwa Powiatowego w Strzelcach Opolskich, Bank Spółdzielczy Leśnica, Oddział Strzelce Opolskie, na rachunek nr 52 8907 1089 2002 0090 0007 0006.

Pismenne zgłoszenie udziału w rokowaniach składa się do dnia 6 sierpnia 2010 r. w kancelarii Starostwa, w zamkniętej kopercie, z dopiskiem na kopercie : „Rokowania – działka 5049/17”.

Zgłoszenie winno zawierać :

- imię, nazwisko, adres lub nazwę firmy z jej siedzibą,
- datę sporządzenia zgłoszenia,
- oświadczenie o zapoznaniu się z warunkami rokowań i przyjęciu ich bez zastrzeżeń,
- proponowaną cenę i sposób jej zapłaty.

Do zgłoszenia należy dołączyć kopię dowodu wpłaty zaliczki.

Nabywca nieruchomości ponosi także koszt wyceny nieruchomości w kwocie 488,00 zł oraz koszty wynikające z zawarcia umowy notarialnej. Zastrzega się prawo zamknięcia rokowań bez wybrania nabywcy nieruchomości.

Bliższych informacji można zasięgnąć w Wydziale Geodezji, Kartografii, Katastru i Gospodarki Nieruchomościami, pod numerem telefonu 77-4401-740 lub 77-4401-737.

Zarząd Powiatu Strzeleckiego informuje

że w dniu 10 sierpnia 2010 roku o godzinie 9⁰⁰ w siedzibie Starostwa Strzeleckiego przy ul. Jordanowskiej nr 2, w sali narad na II piętrze odbędzie się rokowania w celu sprzedaży nieruchomości Powiatu Strzeleckiego, położonej w Strzelcach Opolskich, Osiedle Piastów Śląskich, niezabudowanej. Nieruchomość oznaczona jest numerem działki 5049/16 o powierzchni 0,2888 z mapy 15, a wpisana jest w księdze wieczystej nr 46595 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Strzelcach Opolskich. W planie zagospodarowania przestrzennego teren przeznaczony jest pod garaże i parkingi.

Cena wywoławcza nieruchomości – 81 000,00 zł.

Do ceny sprzedaży dolicza się 22 % podatek VAT. W celu sprzedaży nieruchomości przeprowadzono dwa przetargi ustne, nieograniczone w dniach : 8 stycznia 2010 roku i 19 maja 2010 roku. Przed przystąpieniem do rokowań należy wpłacić zaliczkę w kwocie 5 000,00 zł tytułem zabezpieczenia kosztów w przypadku uchylecia się od zawarcia umowy, w terminie do dnia 6 sierpnia 2010 r. na konto Starostwa Powiatowego w Strzelcach Opolskich, Bank Spółdzielczy Leśnica, Oddział Strzelce Opolskie, na rachunek nr 52 8907 1089 2002 0090 0007 0006.

Pismenne zgłoszenie udziału w rokowaniach składa się do dnia 6 sierpnia 2010 r. w kancelarii Starostwa, w zamkniętej kopercie opatrzonej dopiskiem „Rokowania – działka 5049/16”.

Zgłoszenie winno zawierać :

- imię, nazwisko, adres lub nazwę firmy z jej siedzibą,
- datę sporządzenia zgłoszenia,
- oświadczenie o zapoznaniu się z warunkami rokowań i przyjęciu ich bez zastrzeżeń,
- proponowaną cenę i sposób jej zapłaty.

Do zgłoszenia należy dołączyć kopię dowodu wpłaty zaliczki.

Nabywca nieruchomości ponosi także koszt wyceny nieruchomości w kwocie 488,00 zł oraz koszty wynikające z zawarcia umowy notarialnej. Zastrzega się prawo zamknięcia rokowań bez wybrania nabywcy nieruchomości.

Bliższych informacji można zasięgnąć w Wydziale Geodezji, Kartografii, Katastru i Gospodarki Nieruchomościami, pod numerem telefonu 77-4401-740 lub 77-4401-737.

- Dom Pomocy Społecznej w Strzelcach Opolskich**
tel. 4612329, 4613480
e-mail: dps.strzelceopolskie@wp.pl
z filią w Szymiszowie
tel. 4623845
z filią w Leśnicy
tel. 4639840, 4639830
- Dom Pomocy Społecznej w Kadlubie**
tel. 4636337, 4636422, fax 4636744
e-mail: dpskadlub2@go2.pl
- Dom Pomocy Społecznej w Zawadzkim**
tel. 4622011
e-mail: dpszawadzkie@poczta.fm.pl
- Zespół Szkół Ogólnokształcących w Strzelcach Opolskich**
tel. 4612225
e-mail: lo_strzelce_op@o2.pl
- Zespół Szkół Zawodowych nr 1 w Strzelcach Op.**
tel. 4612701
e-mail: zsz-strzelceop@oswiata.org.pl
- Zespół Szkół Zawodowych w Zawadzkim**
tel. 4616288, 4616541
e-mail: zsz_zawadzkie@interia.pl
- Liceum Ogólnokształcące w Zawadzkim**
tel. 4616430
e-mail: liceumza@edu.apple.pl
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Strzelcach Opolskich**
tel. 4613381, 4613901
e-mail: pcprstrzelceop@op.pl
- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Strzelcach Opolskich**
tel. 4613026
e-mail: pppstrzelce@poczta.onet.pl
- Zespół Szkół Specjalnych przy DPS w Zawadzkim**
tel. 4620046, 4616049, 4620049
e-mail: zss_zawadzkie@poczta.onet.pl
- Zespół Szkół Specjalnych w Strzelcach Opolskich**
tel. 4612882
e-mail: gimspej@tlen.pl
- Zespół Szkół Specjalnych przy DPS w Kadlubie**
tel. 4636422, 463637
e-mail: zsskadlub@wp.pl
- Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Leśnicy**
tel. 4615261
e-mail: soswlesnica@poczta.onet.pl
- Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Górze Św. Anny**
tel. 4615473
e-mail: szkolneschronisko@wp.pl
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Strzelcach Opolskich**
tel. 4613291-95
e-mail: szpital@szpital.strzelce-op.pl
- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Strzelcach Opolskich**
tel. 4049903
- Komenda Powiatowa Policji w Strzelcach Opolskich**
tel. 4621200, 4621903
- Powiatowy Inspektor Weterynarii w Strzelcach Opolskich**
tel. 4614528
- Powiatowy Inspektorat Nadzoru Budowlanego w Strzelcach Opolskich**
tel. 4639099
- Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Strzelcach Opolskich**
tel. 4400313
- Powiatowy Urząd Pracy w Strzelcach Opolskich**
tel. 4621800
e-mail: opst@praca.gov.pl

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Kolo Powiatowe
47-100 Strzelce Opolskie, ul. Krakowska 16
tel. 077/461 27 54; 077/ 461 23 20; tel kom. 0604 540 402

Wydawca: Powiat Strzelecki
Redaktor Naczelny: Marta Górka
Redaguje Zespół.
Druk: Drukarnia „PRO MEDIA”
45-125 Opole, ul. Składowa 4,
tel. 077/4428008,
fax 077/4428009

Centrala Starostwa Powiatowego w Strzelcach Opolskich (łączy wszystkie działy)
Tel. +48 77 4401700
Sekretariat Zarządu Powiatu
Tel. +48 77 4401703, Faks +48 77 4401701

Powiatowy Rzecznik Konsumentów
Tel. +48 77 4401756
Wydział Komunikacji i Transportu:
Rejestracja pojazdów 707, 708, 709, 710, 711, 712
Prawo jazdy 706
Pozostałe numery 720
Wydział Dróg Powiatowych 714, 715, 716, 717, 718

Wydział Finansowy
Tel. wew.: 727, 728, 730, 731, 732, 733, 734, 735
Wydział Geodezji, Kartografii, Katastru i Gospodarki Nieruchomościami
Tel. wew.: 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 749.
Wydział Architektoniczno-Budowlany
Tel. wew.: 760, 761, 762, 763.
Wydział Organizacyjny
Tel. wew. 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 764
Zespół Kontroli
Tel. wew.: 705.

Wydział Zarządzania Kryzysowego
Tel. wew.: 766, 767.
Wydział Edukacji, Kultury, Kultury Fizycznej i Turystki
Tel. wew.: 770, 771, 772, 773.
Zespół ds. Promocji Powiatu 713
Wydział Ochrony Środowiska
Tel. wew.: 780, 781, 782, 785, 786.
Wydział Gospodarki Mieniem Powiatu
Tel. wew.: 783, 784.
Wydział Inwestycji i Zarządzania Funduszami
Tel. wew. 790, 791

