

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Strzelcach Op. informuje

Zatrucia pokarmowe

Wraz z nadejściem lata wzrasta liczba zatruc pokarmowych. Sprzyja temu łatwość mnożenia się bakterii w wyższej niż w innych porach roku temperaturach powietrza i pojawienie się much i innych owadów.

Zatruciem nazywamy zespół objawów żołądkowo – jelitowych, których przyczyną było spożycie żywności lub płynów zawierających drobnoustroje chorobotwórcze, ich toksyny lub toksyczne substancje chemiczne. Zachorowaniom najczęściej towarzyszą nudności, wymioty, biegunka i bóle brzucha.

Czynniki wywołujące zatrucia mogą być bardzo różne, od bakterii poprzez wirusy, riketsje, pasożyty, pierwotniaki, toksyny zwierzęce i roślinne po zanieczyszczenia chemiczne.

Często przyczyną zatruc jest pałeczka **Salmonella**. Jej źródłem są produkty pochodzenia zwierzęcego: mięso, mleko, jaja. Człowiek chory lub nosiciel wydalą pałeczki z kałem i jeśli nie przestrzeże 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 potrawami, które jemy 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 pojęcia 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.

Znacznie rzadziej zdarzają się zatrucia pokarmowe spowodowane przez **gronkowce**.

Źródłem zakażenia są ludzie ze zmianami ropnymi na skórze lub (rzadziej) bezobjawowi nosiciele gronkowców. Przenoszą oni bakterie na produkty żywnościowe, w których to produktach zwłaszcza węglowodanowych (ciastka, kremy, galaretki) gronkowce namnażają się bardzo łatwo. Toksyny wytwarzane przez gronkowce, powodujące zachorowania, są bardzo odporne na czynniki zewnętrzne – giną dopiero po ponad półgodzinnym gotowaniu.

Objawy zatrucia występują już po 1 do 6 godzin od spożycia skażo-

nej potrawy, a przebieg choroby jest burzliwy, ostry. Mogą pojawić się dreszcze i gorączka.

Mniej znaną bakterią, ale ostatnio często goszczącą na naszych stołach przez co też bardzo medialną jest **Yersinia**.

Bakteriami Yersinii 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 Yersinii nawet jeśli wcześniej była przechowywana w lodówce. Bakterie mnożą się w żywności nawet w temperaturze czterech stopni Celsjusza.

Nośnikiem Yersinii może też być niepasteryzowane mleko, zakażone produkty roślinne przechowywane długo w chłodni (mrożonki), zanieczyszczona odchodami zwierząt woda.

Objawy zakażenia czasem przypominają zwykłe zatrucie pokarmowe. Pojawia się biegunka (nawet z domieszką krwi), gorączka i bóle brzucha. Często bóle brzucha bardzo przypominają objawy zapalenia wyrostka robaczkowego. Często temu zatruciu towarzyszą zapalenia stawów, zmiany na skórze.

W tym roku na Opolszczyźnie odnotowano 18 przypadków zachorowań wywołanych przez Yersinia.

Jest jeszcze wiele innych czynników wywołujących zatrucia pokarmowe. Wymienię kilka. Powszechnie występujące, wysoce zakaźne **rotawirusy**, szczególnie groźne dla niemowląt i dzieci. Do zakażenia dochodzi poprzez kontakt z osobą chorą lub przez styczność ze skażonymi przedmiotami.

Infekcja rotawirusowa rozwija się szybko (24-48 godzin). Bieguncie i wymiotom towarzyszy gorączka. Małe dziecko łatwo ulega odwodnieniu w wyniku tych objawów.

Temu zakażeniu można zapobiegać szczepiąc maluchy szczepionką przeciw rotawirusom.

Jak powszechne są to wirusy może świadczyć liczba zakażeń. W roku 2008 na biegunki rotawirusowe na Opolszczyźnie zachorowało 238 osób, głównie dzieci.

Escherichia coli są nam na ogół przyjazne. Spotyka się je w jelicie człowieka i zwierząt, jak również w glebie i wodzie, gdzie trafiają z wydaliniami. Stanowią one naszą naturalną florę bakteryjną, odpowiadają np. za produkcję witamin z grup B i K.

Ale spotyka się też szczerpy powodujące biegunki. Źródłem zakażenia jest człowiek i zwierzęta będące nosicielami szczepów chorobotwórczych, pochodzących zwykle z krajów gorących jak Afryka, Indie, Meksyk.

E.coli ginie po 20 minutach ogrzewania w temperaturze 60 stopni C, ale w niższych temperaturach i odpowiedniej wilgotności może utrzymywać się miesiącami.

Escherichia coli możesz zarazić się jedząc surowe warzywa i owoce lub pijąc nieprzepracowaną wodę. Objawy występują już po 12 - 72 godzinach od zakażenia, a są to wymioty, biegunka oraz kurczowe bóle brzucha.

Zazwyczaj uprzykrzają nam życie przez około 10 dni.

Zatrucie jadem kielbasianym wywołuje toksyna Clostridium botulinum. Jej źródłem jest żywność, w której doszło do wytworzenia toksyny po nieprawidłowej obróbce termicznej, źle zakonserwowana, przechowywana poza urządzeniami chłodniczymi, szczególnie w hermetycznych opakowaniach. Często zatrucia spowodowane są spożyciem potraw konserwowych sposobem domowym tzw. wekami.

Postać pokarmowa tej choroby zaczyna się najczęściej wymiotami, biegunką, suchością w jamie ustnej. Okres wylegania to średnio od 6 godzin do 10 dni.

W I półroczu tego roku odnotowano też w naszym województwie 29 przypadków zakażeń jelitowych o nieustalonej etiologii.

Wszystkie wymienione wyżej patogeny, to nie jedyne zagrożenie. Bakterie, wirusy i inne pasożyty mogą bytować nie tylko w mleku, mięsie, jajach, ale też w pieczywie (pleśnie), warzywach, owocach (uprawy niekiedy podlewane są nieprawidłowo przygotowanym naturalnym

nawozem ze zwierzęcych odchodów) i wszelkich innych potrawach, na które przeniesiemy je niemytymi rękami czy na niedomytym sprzęcie.

Tak więc to czy ulegniemy zatruciu w dużej mierze zależy od nas samych. W kuchni trzeba pamiętać o czyszczeniu stołu, desek do krojenia mięsa, myciu narzędzi po przygotowaniu poszczególnych potraw. Nie można kroić mięsa na jednej desce lub tym samym nożem razem z warzywami spożywanymi na surowo. Trzeba też pamiętać o umyciu rąk po dotknięciu mięsa, aby nie przenieść zarazków na inne potrawy lub sprzęty kuchenne. Nie należy gromadzić brudnych naczyń w zlewozmywakach. Ważne jest tępienie much, mrówek czy karaluchów. Lodówka jest również świetnym miejscem dla rozwoju bakterii. Latem szczególnie trzeba o nią dbać.

Nie wolno zapominać o zachowaniu higieny w toaletach. Często odkazać zarówno muszę i sedes, a także podłogi.

Przestrzegając podstawowych zasad higieny mamy szansę uniknąć zakażeń pokarmowych i cieszyć się gorącym latem bez ograniczeń.

Bogusława Grela

Wymagania dotyczące organizacji placówek wycieczek

Organizatorzy wycieczek dla dzieci i młodzieży szkolnej są obowiązani do zapewnienia bezpiecznych warunków wycieczki i właściwej opieki wychowawczej. Ponadto organizator ma obowiązek zatrudnić odpowiednio przygotowaną kadrę pedagogiczną.

Placówka wycieczki może podjąć działalność wówczas, kiedy organizator przedstawi kuratorowi oświaty właściwemu ze względu na lokalizację placówki następujące dokumenty:

- kartę kwalifikacyjną obiektu (nie dotyczy obozów wędrownych oraz form wycieczki organizowanych poza granicami RP),
- dane dotyczące kwalifikacji pracowników pedagogicznych i kierownika placówki wycieczki, a także informacje o kwalifikacjach przewidzianych do zatrudnienia,
- informację na temat formy wycieczki, liczby turnusów, czasu ich trwania oraz liczby uczestników,
- program pracy z dziećmi i młodzieżą,
- w przypadku obozów wędrownych - przebieg trasy.

Organizator wycieczki winien uzyskać zgodę właściwego terenowo:

- burmistrza-wójta
- państwowego inspektora sanitarnego
- komendanta straży pożarnej.

Potwierdzeniem braku nieprawidłowości w zakresie warunków zdrowotnych w kontrolowanym ośrodku wycieczki dla dzieci i młodzieży jest podpis i pieczęć państwowego

powiatowego inspektora sanitarnego lub pracownika przez niego upoważnionego w karcie kwalifikacyjnej obiektu, którą organizator wycieczki jest obowiązany przedstawić w Kuratorium Oświaty, celem wpisania w rejestrze organizatorów wycieczki w terminie 14 dni przed rozpoczęciem pierwszego turnusu.

Kartę kwalifikacyjną obiektu organizator wycieczki winien przedstawić na prośbę każdej instytucji kontrolującej, czy też rodzica, bądź opiekuna uczestnika wycieczki.

Odpowiednio wypełniona karta kwalifikacyjna i potwierdzona przez osoby odpowiedzialne za przeprowadzenie kontroli, stanowi gwarancję, że placówka została zgłoszona i znajduje się pod nadzorem właściwych organów.

Na terenie działalności Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej obecnie zakwalifikowano trzy obiekty do wycieczki:

1. Świetlica Wiejska w Rozmierzy przy ul. Wyzwolenia 11
2. Świetlica Wiejska w Kadlubie przy ul. Powstańców Śl. 28
3. Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Górze Św. Anny przy ul. Szkolnej 1

Szczegółowe wymagania dotyczące organizacji placówek wycieczki dla dzieci i młodzieży określa Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 21 stycznia 1997r. w sprawie warunków, jakie muszą spełniać organizatorzy wycieczki dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania. (Dz. U z 1997r. Nr 12, poz.67, zm. Dz. U. z 1997r. Nr 18, poz. 102).



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: Starostwo Strzeleckie
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 705, 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 Architektoniczny – 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.: 775.
Wydział Zarządzania Kryzysowego
Tel. wew.: 766, 767.

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