

## **BAKTERIE**

Istnieją takie bakterie, którym nawet niska temperatura nie przeszkadza. Świetnie czują się nawet w lodówce.

### **Salmonella**

Pałeczkami *Salmonelli* można zakazić się w wyniku spożycia zanieczyszczonej odchodami żywności pochodzenia zwierzęcego, głównie mięsa, drobiu, jaj, mleka, lub wody. Choroba wywołana przez bakterie *Salmonella* objawia się gorączką, wymiotami oraz zaburzeniami żołądkowo-jelitowymi o różnym stopniu nasilenia. U małych dzieci prowadzi w krótkim czasie do odwodnienia, co może być bardzo groźne dla zdrowia maluchów.

### **Gronkowiec złocisty**

Rozmnaża się w przetworach mlecznych, np. lodach, zwłaszcza rozmrożonych i ponownie zamrożonych. Bakteria wytwarza substancje toksyczne, które mogą powodować ciężkie zatrucia objawiające się gwałtownymi wymiotami oraz biegunką. Bóle brzucha, nudności i wymioty pojawiają się po 2-6 godzinach od kontaktu z bakterią.

### **Yersinia**

Do bakterii lubiących chłód należą pałeczki *Yersinii*. Występują w produktach pochodzenia zwierzęcego, zwłaszcza w surowym lub półsurowym mięsie wieprzowym, niepasteryzowanym mleku, śmietanie, a także lodach, warzywach. Spowodowane przez *Yersinię* infekcje mogą nie dawać żadnych objawów i dopiero po kilku tygodniach mogą odczuwać się w postaci powikłań, takich jak zapalenie stawów, zapalenie układu moczowego i mięśnia sercowego. Ostra infekcja, która najczęściej występuje u dzieci i młodzieży, objawia się gorączką, biegunką, bólami brzucha umiejscowionymi w prawym dole biodrowym.

## **GRZYBY PLEŚNIOWE**

Rozwijają się w zawilgoconych, niewietrzonych miejscach - także w lodówce. Wydzielają toksyczne i rakotwórcze substancje, które przyjmowane nawet w bardzo małych dawkach, ale przez dłuższy czas, mogą być przyczyną nowotworów wątroby, uszkodzenia nerek, zmian martwiczych przewodu pokarmowego.

Aby uniknąć groźnych dla zdrowia skutków niewłaściwego przechowywania żywności, postępuj według następujących zasad:

- nie trzymaj zbyt długo w lodówce produktów opakowanych w folię,
- nie wkładaj do niej gorących garnków, bo wtedy skrapla się woda i w lodówce jest jeszcze wilgotniej,
- nie przechowuj gotowych potraw dłużej niż 2-3 dni,
- nie zamrażaj niczego ponownie,
- nie wkładaj do lodówki surowego mięsa bez opakowania i brudnych warzyw,
- nie przechowuj na tej samej półce surowego mięsa i produktów przygotowanych już do spożycia lub nie wymagających obróbki cieplnej,
- czyść lodówkę przynajmniej raz w miesiącu - wycieraj natychmiast rozlane płyny,
- sprawdzaj, czy na ścianach lodówki nie ma szarych kropeczek - oznak pleśni.



## **BIOTERRORYZM**

Broń biologiczna od dawna stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa państw, a przede wszystkim - dla ludności cywilnej. Istnieją przesłanki, że śmiertelne mikroorganizmy dostały się w ręce terrorystów, dlatego też, w ostatnich latach nasiliły się obawy przed atakiem biologicznym z ich strony. Niebezpieczeństwo jest tym większe, że broń biologiczna jest bardzo wygodna w użyciu. Bardzo niewielka ilość wirusa rozpylona w dużych skupiskach ludności może spowodować śmierć setek tysięcy ludzi.

Skutki użycia broni biologicznej nie występują od razu, czasami dopiero po kilkunastu dniach. Ogromnie ważne jest więc wykrycie wszelkich symptomów i szybkie zdiagnozowanie rodzaju zastosowanych bakterii lub wirusów. Szczególnie groźne są:

- **laseczki wąglika** - powodują uszkodzenia wewnętrzne i zewnętrzne, infekcje płucne,
- **wirus Ebola** - gorączka, delirium, bóle stawów, krwawienie ze wszystkich otworów ciała, konwulsje - zabija do 90% zakażonych.



**wirus Ebola**

<b>Profilaktyka</b>	- działanie i środki stosowane w celu zapobiegania chorobom
<b>Izolacja</b>	- odosobnienie, oddzielenie od otoczenia osoby chorej lub podejrzanej o chorobę zakaźną
<b>Higiena</b>	- utrzymywanie siebie i swojego otoczenia w czystości
<b>Dezynfekcja</b>	- odkażanie, niszczenie drobnoustrojów chorobotwórczych środkami chemicznymi lub fizycznymi
<b>Szczepienia</b>	- wprowadzanie do organizmu zabitych lub osłabionych drobnoustrojów chorobotwórczych, aby wywołać w nim odporność na zakażenie

W obecnej sytuacji szczególnie ważne jest szybkie reagowanie przez odpowiednie służby na wszelkie niepokojące sygnały.