

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH BAN QUẢN LÝ AN TOÀN THỰC PHẨM

PHÒNG NGỪA NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM DO NHIỄM KHUẨN SALMONELLA TRONG THỰC PHẨM

Salmonella là loại vi khuẩn đường ruột không hình thành bào tử, kém đề kháng với điều kiện bên ngoài và bị phá hủy trong quá trình tiệt trùng bằng phương pháp Pasteur hoặc đun nấu thực phẩm. Tuy nhiên, *Salmonella* có thể sót trong một thời gian dài ở các thực phẩm khô, ướp lạnh.... Bệnh gây ra từ loại vi khuẩn này được gọi là bệnh nhiễm khuẩn *Salmonella*, gây khó chịu cho dạ dày- ruột, sốt, tiêu chảy và đau quặn bụng. Trong hầu hết các trường hợp, bệnh xuất phát từ nguồn thực phẩm ô nhiễm (nhiễm phân người hoặc phân động vật) mà người bệnh ăn phải. Theo đó, chủng vi khuẩn *Salmonella* có thể được chia thành hai nhóm chính gồm thương hàn và không thương hàn. Nhóm thứ 2 thường phổ biến hơn, có thể lây nhiễm cho nhiều loại động vật đồng thời lây truyền trực tiếp từ động vật sang người. Ngược lại, nhóm thương hàn bao gồm: *Salmonella Typhi* và *Salmonella Paratyphi A, B, C* chỉ xuất hiện ở con người và không xảy ra đối với các loài động vật khác. Nhóm không thương hàn do các *Salmonella* khác chủ yếu gây viêm ruột và nhiễm khuẩn huyết. Thời gian ủ bệnh (khoảng thời gian từ khi tiếp xúc đến lúc phát bệnh) có thể từ 6 giờ - 6 ngày. Thông thường, người bệnh bị nhiễm khuẩn *Salmonella* sẽ có xu hướng nhầm lẫn với chứng đau dạ dày thường gặp.



I Nguyên nhân nhiễm vi khuẩn Salmonella

- Môi trường bị ô nhiễm: vi sinh vật từ đất, nước, không khí, dụng cụ và các vật dụng khác nhiễm vào thực phẩm.
- Thiếu vệ sinh trong quá trình chế biến, vệ sinh cá nhân không đảm bảo (tay người chế biến không sạch, người lành mang trùng...) làm nhiễm vi khuẩn vào thực phẩm.
- Do bản thân thực phẩm:
 - Thịt sống, thịt gia cầm và hải sản: phân có thể dính vào thịt gia cầm trong quá trình giết mổ, hải sản cũng có thể chứa nguồn lây khi sống trong môi trường nước ô nhiễm;
 - Sữa và các sản phẩm sữa chưa tiệt trùng: sữa và các sản phẩm sữa chưa tiệt trùng có thể bị nhiễm khuẩn *Salmonella*. Trong khi đó, quá trình thanh trùng có thể loại bỏ vi khuẩn có hại, bao gồm cả *Salmonella*;
 - Trái cây và rau củ: rau củ quả tươi, đặc biệt là giống nhập khẩu có thể bị nhiễm khuẩn *Salmonella* trong quá trình chăm bón hoặc sơ chế làm sạch bằng nước;
 - Trứng sống hoặc nấu chưa chín: mặc dù lớp vỏ trứng có khả năng bảo vệ phần bên trong khỏi sự nhiễm bẩn nhưng gia cầm nhiễm bệnh vẫn có thể đẻ ra trứng chứa vi khuẩn *Salmonella* (tồn tại trước khi vỏ được hình thành). Đây chính là nguồn lây khi con người ăn phải.
- Bảo quản thực phẩm không đảm bảo vệ sinh: chưa có biện pháp phòng chống côn trùng và động vật gây hại tiếp xúc vào thực phẩm làm lây nhiễm vi khuẩn gây bệnh vào thực phẩm.

II Thực phẩm dễ bị nhiễm Salmonella

- Thực phẩm có nguồn gốc từ động vật: thịt tươi sống, thịt gia cầm, trứng, sữa...
- Thực phẩm có giá trị dinh dưỡng cao, nhiều nước.
- Các thực phẩm chế biến không đảm bảo an toàn, không có chế độ bảo quản phù hợp, sữa không được tiệt trùng đúng cách...
- Nguồn nước bị nhiễm khuẩn.



III Biện pháp phòng ngừa

- Chọn thực phẩm tươi: rau, quả ăn sống phải được ngâm và rửa kỹ bằng nước sạch. Quả nên rửa sạch, gọt vỏ trước khi ăn.
- Nấu chín kỹ hoàn toàn thức ăn sẽ tiêu diệt được vi khuẩn.
- Hãy ăn ngay sau khi vừa nấu xong, vì để lâu thức ăn càng dễ bị nhiễm vi khuẩn có hại cho sức khỏe.
- Muốn giữ thức ăn quá 5 tiếng đồng hồ cần phải giữ nóng liên tục trên 60°C hoặc lạnh dưới 10°C. Thức ăn cho trẻ nhỏ không nên dùng lại.
- Các thức ăn chín dùng lại sau 5 tiếng phải được đun kỹ lại.
- Thức ăn đã được nấu chín có thể bị nhiễm mầm bệnh do tiếp xúc trực tiếp với thức ăn sống hoặc gián tiếp với các bề mặt bẩn.
- Nếu tay có vết thương hãy băng kỹ và kín vết thương trước khi chế biến thức ăn.
- Do thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn, bất kỳ bề mặt nào dùng để chế biến thức ăn cũng phải được giữ sạch. Khăn lau bát đĩa cần phải được luộc nước sôi và thay thường xuyên trước khi sử dụng.
- Che đậy giữ thực phẩm trong hộp kín, tủ kính, lồng bàn... Đó là cách bảo vệ tốt nhất. Khăn đã dùng che đậy thức ăn chín phải được giặt sạch lại.
- Nước sạch là nước không màu, mùi, vị lạ và không chứa mầm bệnh. Hãy đun sôi trước khi làm đá uống. Đặc biệt cẩn thận với nguồn nước dùng nấu thức ăn cho trẻ nhỏ.

IV Xử lý khi nghi ngờ ngộ độc



Khi phát hiện hoặc nghi ngờ bị ngộ độc thực phẩm, cần phải dừng ngay việc sử dụng và niêm giữ toàn bộ thức ăn đó lại (kể cả chất nôn, phân, nước tiểu...) để xác minh và báo ngay cho cơ quan y tế gần nhất để xử lý kịp thời hoặc đưa người bị ngộ độc đi bệnh viện.



- Cơ quan Y tế gần nhất:
 - Trạm Y tế xã, phường và thị trấn.
 - Phòng Y tế, Trung tâm Y tế quận-huyện và thành phố Thủ Đức.
 - Cơ sở điều trị (bệnh viện, phòng khám).
- Cơ quan chức năng theo thứ tự ưu tiên:
 - Trung tâm cấp cứu 115.
 - Sở Y tế.
 - Ban Quản lý An toàn thực phẩm.

