



Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας κάθε χρόνο στην Ευρώπη

- 21 εκατομμύρια άνθρωποι νοσούν και 5000 πεθαίνουν από κατανάλωση ακατάλληλων τροφίμων
- Το 25% των παραπάνω είναι μικρά παιδιά
- Τα περισσότερα κρούσματα οφείλονται στις σαλμονέλλες
- Εγκυες γυναίκες, παιδιά, ασθενείς ηλικιωμένοι πεθαίνουν από Λιστέρια



*Τα κύτταρα ενός παθογόνου βακτηρίου π.χ. μιας σαλμονέλλας πολλαπλασιάζονται πολύ γρήγορα...
1 κύτταρο σαλμονέλλας σε 10 ώρες πολλαπλασιάζεται
σε 1 δισεκατομμύριο κύτταρα!*

Ο πολλαπλασιασμός οφείλεται σε ακατάλληλες συνθήκες μαγειρέματος, συντήρησης, διανομής.

Για αυτό φροντίζουμε, κυρίως το καλοκαίρι:

- Διατηρούμε τα ωμά τρόφιμα αλλά και τα υπολείμματα από τα μαγειρεμένα τρόφιμα στους 4°C
- Αποφεύγουμε να τρώμε τρόφιμα που έχουν ως συστατικό τους ωμά αυγά
- Μαγειρεύουμε πολύ καλά σε υψηλές θερμοκρασίες τα κρέατα, τα αυγά, τα θαλασσινά
- Τα πιάτα «της ώρας» είναι ασφαλέστερα.
- Ετοίμα μαγειρεμένα τρόφιμα μπορεί να εκτεθούν σε μικρόβια τις ώρες της παραμονής τους στην κουζίνα
- Τα τρόφιμα πρέπει να προστατεύονται από μύγες και έντομα
- Τα σκεύη που χρησιμοποιούνται για την κοπή τροφίμων να πλένονται καλά με βραστό νερό.
- Σε περιοχές με μη ασφαλές πόσιμο νερό, δεν καταναλώσουμε παγάκια από το τοπικό δίκτυο.
- Δεν καταναλώνουμε φρούτα /λαχανικά που δεν έχουν πλυθεί με ασφαλές νερό.
- Το παγωτό που μπορεί να έχει λιώσει και ξαναπαγώσει γίνεται επικίνδυνο για πρόκληση γαστρεντερίτιδας. Ελέγχουμε τη συσκευασία να μην είναι αλλοιωμένη εξωτερικά
- Οι ομάδες των έγκυων γυναικών, μικρών παιδιών, ηλικιωμένων, ασθενών, να αποφεύγουν τις ωμές σαλάτες, τα ατελώς ψημένα κρέατα, τα μαλακά τυριά, τα αλλαντικά σε χώρους μαζικής εστίασης
- Πλένουμε πολύ καλά τα χέρια μας και με σαπούνι πριν χειριστούμε τρόφιμα ή καταναλώσουμε ένα γεύμα

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΗΝ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΟΥ ΕΜΦΙΑΛΩΜΕΝΟΥ ΝΕΡΟΥ

- Όχι σε χώρους που αναπτύσσονται υψηλές θερμοκρασίες (ιδιαίτερα τους θερινούς μήνες)
- Αποθήκευση σε σκιερό και δροσερό μέρος, με θερμοκρασία μικρότερη από 18°C.
- Όχι δίπλα σε ψυγεία ή ψυκτικά μηχανήματα.
- Πρέπει να διασφαλίζεται η ακεραιότητα της συσκευασίας τους.
- Όχι αποθήκευση κοντά σε άλλες ουσίες π.χ. χημικά, καύσιμα, ορυκτέλαια