

BAKTERIE

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

Salmonelloza

Jeśli włożysz do lodówki zakażone jaja czy drób, bakterie przeniosą się na pozostałe produkty. Choroba wywołana przez szczepy *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 produkuje jad, który daje ciężkie zatrucia objawiające się gwałtownymi wymiotami, biegunkami i osłabieniem krążenia. Bóle brzucha, nudności i wymioty pojawiają się po 2-6 godzinach od kontaktu z bakterią.

Yersinioza.

Do bakterii lubiących chłód należą pałeczki *Yersinii*. Występują na produktach pochodzenia zwierzęcego, zwłaszcza mięsie wieprzowym, mleku, śmietanie, a także lodach, na warzywach. Spowodowane przez *Yersinię* infekcje mogą nie dawać żadnych objawów i dopiero po kilku tygodniach mogą odezwać się w postaci powikłań, takich jak zapalenie stawów, zapalenie cewki moczowej, mięśnia sercowego, kłębków nerwowych. Ostra infekcja, która najczęściej dotyka dzieci i młodzież, objawia się gorączką, biegunką, bólami brzucha umiejscowionymi w prawym dole biodrowym. W wyjątkowych przypadkach doprowadza nawet do zgonu.

GRZYBY PLEŚNIOWE

Rozwijają się w zawilgoconych, nie wietrzonych 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:

- myj i wyparzaj wrzątkiem jaja, zanim włożysz je do lodówki,
- 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 zamrażaj niczego ponownie,
- nie wkładaj do lodówki nie opakowanego mięsa i brudnych warzyw,
- nawet, jeśli lodówka rozmraża się sama, wyłączaj ją przynajmniej raz na dwa miesiące i starannie myj płynem antybakteryjnym,
- sprawdzaj, czy na ścianach lub papierowych ręcznikach, którymi wykładasz dno szuflad, 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 mikroby 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 bakteriologiczna 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 czy 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,



ebola

Profilaktyka	- działanie i środki stosowane w celu zapobiegania chorobom.
Izolacja	- odosobnienie, oddzielenie od otoczenia osoby chorej lub podejrzanej o chorobę zakaźną.
Higiena	- utrzymywanie siebie i swojego otoczenia w czystości.
Dezynfekcja	- odkażanie, niszczenie drobnoustrojów chorobotwórczych środkami chemicznymi lub fizycznymi.
Szczepienia	- 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.