



REPUBLIKA E SHQIPËRISË
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
DHE MBROJTJES SOCIALE
INSTITUTI I SHËNDETIT PUBLIK

HELMIMET USHQIMORE

Helmimet nga ushqimet janë një grup sëmundjesh ngjitëse akute të traktit tretës të cilat shkaktohen si pasojë e hyrjes në organizëm të mirkorganizmave të ndryshëm pathogen apo të helmeve të tyre përmes ushqimit të kontaminuar.

Helmimet nga ushqimi ndodhin në formë sporadike, klasteri apo grup individësh apo dhe në formë epidemie.

Për të gjitha helmimet ushqimore karakteristikë është periudha e shkurtër e inkubacionit, pra e shfaqjes së klinikës ku janë prezent: temperatura, çrregullime të traktit gastrointestinal dhe shfaqja e tyre pas ngrënies së një ushqimi të caktuar.

TOKSIKOINFEKSIONET E SHKAKTUARA NGA SALMONELA

Toksoinfeksionet janë infeksione akute bakteriale, të cilat shkaktohen nga disa lloje salmonella por më të përhapura janë *S. typhi* murium dhe *S. enteritidis*.

Si sëmundje është e përhapur në të gjithë botën. Salmonelat jetojnë në zorrët e njerëzve dhe kafshëve.

Njerëzit mund të infektohen me Salmonella në shumë mënyra, duke përfshirë:

Konsumimin e ushqimit të kontaminuar dhe të pa përpunuar mirë termikisht

Pirja ose kontakti me ujë të kontaminuar

Gjatë kontaktit me kafshët, jashtëqitjet e kafshëve dhe vendet ku jetojnë kafshët në raste kur nuk respektohet kujdesi higjienik.

Në 60-80% e formave sëmundja paraqitet me raste sporadike, klastera familjare por dhe epidemive. Në përgjithësi sëmundja është e pranishme në vendet me kushte higjieno sanitare të ulta.

Salmonelza mund të jetë serioze dhe është më e rrezikshme për disa individë. Çdokush mund të marrë një infeksion Salmonela, por disa njerëz kanë më shumë gjasa të zhvillojnë një sëmundje serioze, duke përfshirë fëmijët më të vegjël se 5 vjeç, moshë e tretë dhe njerëzit me sistem imunitar të dobësuar si diabeti, sëmundjet e mëlçisë ose veshkave dhe kancer.

Rrugët e përhapjes së infeksionit mbesheten në ushqimin e kontaminuar me prejardhje shtazore ku zakonisht shkaktohet nga ngrënia e mishit të papërpunuar ose të papjekur, shpendëve dhe vezëve ose produkteve të vezëve ose nga pirja e qumështit të papasterizuar etj.

Salmonelat janë mjaft rezistente në mjedisin e jashtëm dhe mund të qëndrojnë për disa orë. Në ujë të pastër mund të qëndrojnë deri në 7 ditë kurse në ujë të papastër dhe tokë shumë më gjatë. Në ngrirje mund të jetojnë shumë gjatë. Në qumësht e nënproduktet ushqimore edhe shumohen. Rriten në kushte aerobe dhe anaerobe në temp 7-48 C, por optimale në 38 C.

Në temperaturë të lartë mbi 60C në 20-23 min ngordhin, ndërsa mbi 70C i ngordh në 15 sekonda.

Periudha e inkubacionit është nga 6-48h por dhe nga 6-24h.

Infeksionet nga salmonela shfaqin klinikë me fillim të papritur të dhimbjes së kokës, temperaturë, dhimbje barku, të vjella, diarre e ujshme, rrallë me rema gjaku e mukus, nauze dhe ndonjëherë të vjella. Në disa raste, diarreja mund të shkaktojë dehidrim të rëndë dhe kërkon kujdes të menjëhershëm mjekësor. Komplikime kërcënuese për jetën gjithashtu mund të zhvillohen nëse infeksioni përhapet përtej zorrëve.

Ka raste kur simptomat nuk zgjasin shumë por mund të kemi raste pa shenja klinike dhe të kthehemi në mbartës të shëndoshë.

Periudha e infektueshmërisë është gjatë gjithë kohës së zhvillimit të infeksionit.

Infeksioni me salmonelë diagnostikohet kur një ekzaminim laboratorik zbulon bakteret e Salmonelës.

MASAT QË DUHET TË NDIQEN NË MINIMIZIMIN E RRISKUT

- Hapat e sigurisë ushqimore, ku nuk duhet të harrojmë udhëzimet për pastrim, ndarje të veçantë, gatim dhe ftohje për të ndihmuar të mbajmë veten dhe familjen tonë të sigurt nga Salmonela.
- Duhet të kemi kujdes të shtuar për të ndjekur udhëzimet kur përgatitni ushqim për fëmijët e vegjël, njerëzit me sistem imunitar të dobësuar dhe të moshuarit.
- Konsumoni ujë të zier ose të ambalazhuar.
- Salmonela mund të gjendet në shumë ushqime, duke përfshirë lakër dhe perime të tjera, vezë, pulë, mish derri, fruta dhe madje edhe ushqime të përpunuara, të tilla si gjalpë me arra, byrekë, copëza pule dhe ushqime të mbushura me pulë.
- Sëmundja e salmonelës është më e zakonshme në verë por mund të prekë dhe jashtë kësaj stine. Moti më i ngrohtë dhe ushqimet pa frigorifer krijojnë kushte ideale për rritjen e salmonelës. Sigurohuni që të vendosni në frigorifer ose ngrini ushqimet që prishen (ushqimet që mund të prishen shpejt), ushqimet e përgatitura dhe mbetjet brenda 2 orëve (ose 1 orë nëse temperatura jashtë është 32°C ose më e nxehtë).

- Salmonela gjithashtu mund të përhapet nga kafshët te njerëzit dhe nga njerëzit te njerëzit.
- Lani gjithmonë duart me sapun pas kontaktit me kafshët.
- Lani duart me sapun gjithashtu pasi keni përdorur tualetin, ndërroni pelenat ose ndihmoni dikë me diarre të pastrohet pas përdorimit të tualetit.
- Nëse keni një infeksion nga Salmonela, nuk duhet të përgatisni ushqim ose pije për të tjerët derisa të mos keni më asnjë shenjë të prezencës së diarresë.

Vëmendje!!

Në se njoftoheni nga Autoriti, si AKU për mospërdorimin apo tërheqjen nga tregu të një produkti me LOT nr ...të përcaktuar i cili përmban mish të kontaminuar lutemi respektoni thirrjen dhe mos e konsumoni atë sasi.

Kujdesuni për veten dhe familjen!

Kontaktoni mjekun nëse keni shenja të ngjashme sa më sipër!!