

Jak dochodzi do zatrucia i jak możemy mu zapobiec?

Zatrucie pokarmowe występuje po spożyciu żywności zanieczyszczonej chorobotwórczymi bakteriami, wirusami i pasożytami. Może się to zdarzyć, gdy:

- żywność nie jest właściwie ugotowana lub podgrzana;
- żywność przygotował ktoś, kto nie umył rąk lub był chory;
- żywność jest przechowywana w nieodpowiedniej temperaturze – np. za długo znajdowała się poza lodówką czy zamrażarką;
- żywność spożyto po upływie daty „należy spożyć do”;
- kontakt z żywnością miały zwierzęta lub owady.

Musimy pamiętać, że każdy rodzaj żywności może spowodować zatrucie pokarmowe, jeśli nie jest ona prawidłowo przechowywana lub przygotowywana!

Większość zatruc pokarmowych wynika z przenoszenia bakterii z surowej żywności na produkty gotowe do spożycia.

Dlatego tak ważne jest przestrzeganie zasad higieny i bezpieczeństwa podczas przygotowywania żywności. Jaja i mięso muszą być dokładnie ugotowane, by można je było bezpiecznie jeść.

➡ Unia Europejska podejmuje szerokie działania, których celem jest zwalczanie bakterii Salmonella u drobiu i zapobieganie mikrobiologicznemu zanieczyszczeniu żywności. Europejscy naukowcy badają patogeny, takie jak Salmonella czy Listeria, występujące w żywności.

Kampania #Safe2EatEU! pokazuje, że można zapobiegać chorobom dzięki kilku prostym zasadom dotyczącym przygotowywania żywności. Dowiedz się więcej:

<https://www.efsa.europa.eu/pl/safe2eat/food-poisoning>

