

Що це таке? *Сальмонели* — це бактерії, що викликають діарею. Ознаки інфекції зазвичай з'являються в період від 6 годин до 6 днів після контакту. Нижче наведено кілька симптомів:



Спазми шлунка



Діарея (іноді з кров'ю)



Підвищена температура

Як поширюється хвороба? *Сальмонела* може жити в калі та навколишньому середовищі людей і тварин. Вона також може бути у продуктах харчування, ґрунті та воді. Ви можете захворіти через:



Вживання недоготованого м'яса або забрудненої їжі



Немиття рук, особливо перед приготуванням їжі



Поцілунки чи дотики до тварин, їхніх екскрементів або навколишнього середовища.

Хто має ризик важко захворіти?



Люди похилого віку (понад 65 років)



Маленькі діти до 5 років



Люди зі слабким імунітетом

Що робити, якщо я захворів?

Залишайтеся вдома, доки не мине діарея. Зокрема це стосується тих, хто працює у сфері громадського харчування, догляду за дітьми, охорони здоров'я або відвідує дитячі заклади.



Як не захворіти?



Частіше мийте руки та поверхні



Не цілуйте тварин



Зберігайте сире м'ясо окремо від фруктів та овочів



Готуйте за належної температури



Проконсультуйтеся зі своїм лікарем про вакцинацію, якщо ви вважаєте, що хворі на *сальмонельоз*. Детальніше про *сальмонелу* за посиланням: www.kingcounty.gov/cd.