

TVEGANA ŽIVILA, NAJPOGOSTEJŠI POVZROČITELJI OKUŽB IN ZASTRUPITEV Z ŽIVILI (OZŽ) TER PREVENTIVNI UKREPI ZA PREPREČEVANJE OZŽ

Uživanje nekaterih živil je zaradi načina njihove priprave ali lastnosti surovin še posebej tvegano.

V **Tabeli** so predstavljene skupine tveganih živil, najpogostejši povzročitelji ter preventivni ukrepi za preprečevanje okužb in zastrupitev z živili:

- v stolpcu **TVEGANO ŽIVILO** so navedene skupine tveganih živil in najznačilnejše jedi iz te skupine;
- v stolpcu v **NAJPOGOSTEJŠI POVZROČITELJI OZŽ** so navedeni povzročitelji, ki jih najpogosteje najdemo v obravnavani skupini tveganih živil;
- v stolpcu **DOVZETNEJŠE SKUPINE LJUDI ZA OZŽ** so navedene skupine ljudi, pri katerih je tveganje za okužbo s povzročitelji večje in je potek **OZŽ** lahko težji;
- pri rokovanju z živili vedno izvajamo ustrezne higienske postopke. V stolpcu **PREVENTIVNI UKREPI ZA PREPREČEVANJE OZŽ** so še dodatno izpostavljena najpomembnejša načela za ukrepanje. Za lažje razumevanje navedenih načel navajamo spletne povezave na priporočila, v katerih so higienski postopki pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili obširneje predstavljeni. Spletne povezave na priporočila so podane v seznamu priporočil v ****Opombi 2**.

Nekaj osnovnih preventivnih načel za varno uživanje živil oz. preprečevanje **OZŽ**:

Varna so le zadostno toplotno obdelana živila (z zadostno toplotno obdelavo v živilih uničimo morebitno prisotne zdravju škodljive mikroorganizme).

Surovo sadje in zelenjavo pred zaužitjem temeljito očistimo in operemo s pitno vodo.

Za pripravo jedi izbiramo lokalno pridelana živila s sledljivim poreklom.

Pri shranjevanju, rokovanju in pripravi živili dosledno upoštevamo higienske postopke (Opomba 2).**

Tabela: Skupine tveganih živil, najpogostejši povzročitelji OŽŽ, dovzetnejše skupine ljudi za OŽŽ ter preventivni ukrepi za preprečevanje OŽŽ

TVEGANO ŽIVILO	NAJPOGOSTEJŠI POVZROČITELJI OŽŽ*	DOVZETNEJŠE SKUPINE LJUDI ZA OŽŽ	PREVENTIVNI UKREPI ZA PREPREČEVANJE OŽŽ
<p>Surova ali toplotno ne dovolj obdelana jajca in jedi iz jajc**: Solatni prelive z jajci Omake z jajci (tatarska omaka ...) Mehko kuhana jajca, jajca na oko, umešana jajca ... Kremne sladice (šamšnite, šamrole, kremšnite in ostale kremne rezine, tiramisu, snežne kepe, peciva iz beljaka ...) Šato Majoneza</p>	<p>Salmonela Kampilobakter</p>	<p>Starejši Otroci Bolniki z oslabelem imunskim sistemom Nosečnice</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadostno toplotno obdelamo** • zaužijemo takoj po pripravi • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>
<p>Surovo ali toplotno ne dovolj obdelano mleko in mlečni izdelki**: Surovo mleko Surovo mleko iz mlekomatov Mleko in mlečni izdelki, ki so bili obdelani pri nižji temperaturi, kot pri pasterizaciji (mehki, sveži siri iz surovega mleka, siri s plesnimi, nepasterizirana skuta ...) Surovo maslo</p>	<p>Salmonela Stafilokok Kampilobakter Patogeni sevi E. koli Listerija Virusi Paraziti</p>	<p>Nosečnice Starejši Bolniki z oslabelem imunskim sistemom Otroci</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • surovo mleko dobro prekuhamo** • uživamo mlečne izdelke iz pasteriziranega mleka • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili **</p>

<p>Surovo ali toplotno ne dovolj obdelano meso in mesni izdelki: Pleskavica Perutnina Perutninska drobovina, še zlasti jetra Svinjina Mleto meso Angleški biftek Tatarski biftek Karpačo</p>	<p>Salmonela Patogeni sevi E. koli Kampilobakter Jersinija Listerija Virusi Paraziti</p>	<p>Nosečnice Starejši Otroci Bolniki z oslabelem imunskim sistemom</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadostno toplotno obdelamo** • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>
<p>Surovi ali toplotno ne dovolj obdelani mehkužci, školjke, raki: Školjke (npr. surove ostrige) Morski sadeži (surovi morski ježki, surovi rakci ...)</p>	<p>Salmonela Listerija Patogeni sevi E. koli Virus hepatitisa A Vibrio</p>	<p>Bolniki z boleznimi jeter Bolniki z oslabelem imunskim sistemom Nosečnice Starejši Otroci</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadostno toplotno obdelamo** • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>
<p>Surove ali toplotno ne dovolj obdelane ribe in ribje jedi: Suši Ribji karpačo Prekajene ribe Sušene in marinirane ribe</p>	<p>Salmonela Listerija Jersinija Vibrio Paraziti Histaminska zastrupitev</p>	<p>Bolniki z oslabelem imunskim sistemom Starejši Nosečnice Otroci</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadostno toplotno obdelamo** • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>

<p>Sveža sadje in zelenjava: Predpakirano sadje in zelenjava Gozdni sadeži Rukola Kalčki - semena ali že kaljeni kalčki Jedilna semena (sezam, sončnice, lan ...) Mošt</p>	<p>Kampilobakter Listerija Salmonela Stafilokok Patogeni sevi E. koli Virusi (norovirusi, virus hepatitisa A ...) Paraziti</p>	<p>Bolniki z oslabelem imunskim sistemom Starejši Nosečnice Otroci</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • temeljito operemo sadje in zelenjavo s pitno vodo <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>
<p>Hladna delikatesna živila: Pripravljene solate (solate z živili živalskega izvora, testeninske, tunine, sadne ...) Pripravljena različna delikatesna živila (narezki, obloženi kruhki, namazi ...)</p>	<p>Kampilobakter Listerija Salmonela Stafilokok Patogeni sevi E. koli Histaminska zastrupitev</p>	<p>Nosečnice Starejši Otroci Bolniki z oslabelem imunskim sistemom</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** <p>Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**</p>
<p>Konzervirana živila: Domači sok Vloženo sadje in zelenjava (marmelada, kompot, olive ...) – predvsem doma vloženo sadje in zelenjava Pesto Zamrznjeno sadje in zelenjava</p>	<p>Povzročitelj botulizma Patogeni sevi E. koli Plesni in kvasovke</p>	<p>Nosečnice Starejši Otroci Bolniki z oslabelem imunskim sistemom</p>	<p>Živila</p> <ul style="list-style-type: none"> • temeljito očistimo in operemo sadje in zelenjavo • zadostno toplotno obdelamo** • uporabljamo sterilizirano embalažo za vlaganje • shranjujemo pri ustrezni temperaturi** • napihnjene konzerve zavržemo

			Izvajanje ostalih higienskih postopkov pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili**
--	--	--	---

***Opomba1: Imena navedenih povzročiteljev OZŽ v Tabeli**

Ime povzročitelja v Tabeli	Latinsko ime povzročitelja
Kampilobakter	<i>Campylobacter</i>
Listerija	<i>Listeria</i>
Salmonela	<i>Salmonella</i>
Stafilokok	<i>Staphylococcus</i>
E. koli	<i>Escherichia coli</i>
Povzročitelj botulizma	<i>Clostridium botulinum</i>
Jersinija	<i>Yersinia</i>
Vibrio	<i>Vibrio</i>

****Opomba 2: Spletne povezave na priporočila o higienskih postopkih pri shranjevanju, pripravi in rokovanju z živili:**

- Higiensko ravnanje z jajci:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=1& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Toplotna obdelava in pogrevanje živi:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=3& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Ohlajevanje živil, shranjevanje ohlajenih živil:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=1& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Mleko in mlekomati:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=1& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Navzkrižno onesnaženje živil:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=0& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Higiena v domači kuhinji:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=2& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Pomen umivanja rok v domači kuhinji:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=2& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

-Uporaba čistil in razkužil v domači kuhinji:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5 PageIndex=3& 5 groupId=193& 5 action=ShowList>

Viri:

1. Smernice za mikrobiološko varnost živil, ki so namenjena končnemu potrošniku, IVZ, 2009.
2. Smernice dobre higienske prakse in uporaba načel HACCP v gostinstvu, Turistična zbornica Slovenije, Sekcija za gostinstvo in turizem, 2010.
3. Polak P. in sod. 2002. Smernice dobre higienske prakse in HACCP za gostinstvo. 2002. Ljubljana. Gospodarska zbornica Slovenije: 87 str.
4. www.FoodSafety.gov
5. <http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/vibriov/#infection>
6. <http://seafood.ucdavis.edu/haccp/compendium/chapt20.htm>
7. <http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/listeriosis/>
8. Program monitoringa zoonoz in njihovih povzročiteljev za leto 2011.