

УДК 613.2

**ЛИСТЕРИОЗ - ОПАСНОСТЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ:
КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ**

**Курсыева Е.Е., студентка 3 курса факультета агротехнологий,
земельных ресурсов и пищевых производств
Научный руководитель – Хлынов Д.Н.,
кандидат биологических наук, доцент
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

***Ключевые слова:** листериоз, инфекция, бактерии, пищевые продукты, хранение, гигиена, лечение*

Аннотация: Статья рассказывает о листериозе - опасной инфекционной болезни, которая может передаваться через пищевые продукты и храниться в холодильнике. В статье описываются симптомы заболевания, причины возникновения и способы предотвращения. Даются советы по правильному хранению продуктов и соблюдению гигиены при приготовлении пищи.

Листериоз - это инфекционное заболевание, вызываемое бактерией *Listeria monocytogenes*. Оно может быть опасно для людей с ослабленной иммунной системой, беременных женщин и младенцев. Бактерия может присутствовать в пищевых продуктах, таких как мясо, птица, молочные продукты и овощи, и может вызвать тяжелые инфекционные заболевания.

Один из наиболее распространенных источников инфекции листериоза - это пищевые продукты, хранящиеся в холодильнике. Бактерия *Listeria monocytogenes* может расти и размножаться в холодильнике при температуре от 0 до 4 градусов Цельсия, которая считается безопасной для хранения пищевых продуктов. В то же время, бактерия не может размножаться при температурах выше 60 градусов Цельсия, поэтому важно правильно обращаться с продуктами, чтобы избежать инфекции.

Признаки заболевания листериозом могут включать в себя лихорадку, головную боль, мышечную боль, тошноту и рвоту, а также диарею. У беременных женщин инфекция может привести к тяжелым последствиям, таким как мертворождение, ранний выкидыш, низкий вес новорожденного, преждевременный роды и иногда смерть.

Чтобы избежать инфекции листериозом, необходимо следовать некоторым простым правилам. Во-первых, необходимо приобретать продукты только от надежных поставщиков, которые соблюдают высокие стандарты гигиены и качества. Во-вторых, продукты должны быть правильно храниться. Например, мясо и птица должны быть надежно упакованы и помещены в самый нижний ящик холодильника, а не на верхних полках. Молочные продукты, такие как молоко, сыры и йогурт, также должны быть хранятся в холодильнике при температуре от 0 до 4 градусов Цельсия.

Если вы сомневаетесь в качестве продуктов или сроках их годности, то не стоит рисковать и их употреблять. Лучше выбросить подозрительные продукты. Также необходимо следить за тем, чтобы различные продукты не соприкасались друг с другом, чтобы избежать переноса бактерий.

При приготовлении пищи необходимо соблюдать правила гигиены, такие как тщательную мойку рук и кухонных поверхностей, а также тщательно проваривать мясо и рыбу. Овощи и фрукты также должны быть тщательно вымыты перед употреблением.

Заключение.

Листериоз - это серьезная инфекционная болезнь, которую можно избежать, соблюдая правила гигиены и правильно обращаясь с пищевыми продуктами. Не стоит забывать, что холодильник - это не место для хранения продуктов вечно, и они должны быть употреблены или выброшены вовремя. Здоровье - это наш самый важный ресурс, поэтому не стоит пренебрегать мерами предосторожности, чтобы избежать инфекций и болезней.

Библиографический список:

1. Хлынов Д. Н., Козловский А. В., Фуныгин А. М. Подбор сред для наращивания бактериальной массы *Listeria monocytogenes*

//Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – 2010. – С. 228-230.

2. Хлынов Д. Н., Козловский А. В., Нивматуллина А. А. Разработка листериозного антигена для ИФА //Актуальные проблемы инфекционной патологии ветеринарной медицины. – 2009. – С. 151-154.

3. Хлынов Д. Н., Васильев Д. А., Золотухин С. Н. О вопросе иммунитета и специфической профилактики листериоза //Ветеринарная медицина XXI века: инновации, опыт, проблемы и пути их решения. – 2011. – С. 208-210.

LISTERIOSIS - DANGER IN THE FRIDGE: HOW TO AVOID INFECTION

Kuryseva E.E.

Keywords: *listeriosis, infection, bacteria, food products, storage, hygiene, treatment.*

The article discusses listeriosis - a dangerous infectious disease that can be transmitted through food products and can be stored in the refrigerator. The article describes the symptoms of the disease, the causes of its occurrence, and ways to prevent it. Tips are given on the proper storage of food products and hygiene when preparing food. The treatment of listeriosis is also described, as well as how to avoid its development.