

KŘÍŽOVÁ KONTAMINACE POTRAVIN

– JAK JÍ PŘEDCHÁZET?



Co je křížová kontaminace?

Křížovou kontaminaci je možno definovat jako přenos bakterií z místa jejich přirozeného výskytu, např. ze syrových potravin (maso, vejce, zelenina), na nekontaminované potraviny sloužící dále již bez další tepelné úpravy k výživě člověka.

Bakterie mohou být přeneseny při křížové kontaminaci na nekontaminované potraviny a pokrmy přímo nebo nepřímo.

Přímý přenos:

- šťáva a krev ze syrového masa odkapává v chladničce na jiné nekontaminované potraviny a hotové pokrmy
- potraviny, např. syrové maso a kořenová zelenina, nejsou v nákupní tašce řádně zabaleny a šťáva z masa či hlína ze zeleniny opět kontaminují ostatní potraviny

Nepřímý přenos:

- prostřednictvím např. bakteriemi kontaminovaných rukou, kuchyňského zařízení, pracovních ploch, nožů, prkénka na krájení, nádobí a utěrek na nádobí

Co je důsledkem křížové kontaminace?

Křížová kontaminace je jednou z hlavních příčin vzniku alimentárních onemocnění!

Z výsledků studie *MIKROMON* získaných v rámci projektu *Monitoringu ve SZÚ, Centru hygieny potravinových řetězců v Brně v letech 1999 – 2002* vyplývá, že v syrovém mase, drůbeži a vejcích bývá často prokázán výskyt významných bakteriálních patogenů (např. *salmonel*, *kampylobakterů*, *Listeria monocytogenes*, *Escherichia coli* O157).

Při křížové kontaminaci dochází:

- k bakteriální kontaminaci potravin a hotových pokrmů
- k následnému pomnožení patogenních bakterií
- k možnému vzniku alimentárních onemocnění

Jak zabránit křížové kontaminaci?

Nezapomeňte, že existují možnosti prevence křížové kontaminace:

- Balené syrové maso a vejce při nákupu v obchodní síti řádně zabalte do dalšího mikrotenového sáčku, aby šťáva z masa v nákupní tašce nekontaminovala ostatní nakoupené potraviny, nebo je uložte odděleně od ostatních potravin.
- Umístěte omyté potraviny (např. ovoce, zeleninu) v domácnosti do mikrotenového sáčku a do čisté nádoby k uchování, nedávejte je zpět do originálního obalu.
- K otvírání obalu u balených potravin používejte pouze čisté nůžky nebo kuchyňský nůž.
- Uchovávejte syrové hovězí a vepřové maso, drůbež a ryby v chladničce ve vhodném obalu (např. skleněné nádobě s víkem) tak, abyste zabránili odkapávání masové šťávy.
- Při kulinární úpravě pokrmů používejte dvě sady nožů, prkének, talířů a dalších pomůcek. Jednu sadu pouze a výhradně pro syrové potraviny a druhou pro potraviny k přímé konzumaci a hotové pokrmy.
- Prkénko, nože, nádobí a další pomůcky, které přišly do kontaktu se syrovými potravinami, důkladně umyjte v horké vodě se saponátem a následně opláchněte pitnou vodou. U prkénka je doporučeno provádět dezinfekci v roztoku přípravku, např. na bázi chlornanu sodného. Nepoužívejte prkénko na krájení, které má po dlouhodobém používání hluboké řezné rýhy, praskliny a trhliny.
- Vždy si umyjte ruce po manipulaci se syrovým masem, vejci a kořenovou zeleninou.
- Používejte jedno kuchyňské náčiní (např. lžičky) k ochutnávání a jiné k míchání pokrmů.
- Potraviny a připravené pokrmy, které nebudete okamžitě jíst po jejich kulinární úpravě, rychle zchladte a uchovejte v chladničce.
- Pravidelně provádějte výměnu utěrky na nádobí, ručníku a zástěry, vhodné je používat jednorázové papírové utěrky a odkapávač na nádobí.
- Pamatujte, že i hmyz, hlodavci a domácí zvířata mohou být zdrojem patogenních bakterií.

A na závěr si zapamatujte!

Když se vyvarujete křížové kontaminace, předejdete vzniku alimentárních onemocnění. To přece není tak složité!

