

ΞΕΡΕΤΕ ΤΑ ΜΙΚΡΟΒΙΑ ΠΟΥ ΦΙΛΟΞΕΝΕΙΤΕ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ;

Στο εσωτερικό του νεροχύτη της κουζίνας και στο σφουγγαράκι των πιάτων

Στο εσωτερικό του νεροχύτη της κουζίνας, στο σφουγγαράκι των πιάτων καθώς και στην πιατοθήκη βρέθηκε ένα βακτηρίδιο, που συναντάται κατά κανόνα σε λιμνάζοντα νερά, στο έδαφος και σε υπονόμους. Εκ πρώτης όψεως μπορεί να ακούγεται τρομακτικό να υπάρχει στην κουζίνα του σπιτιού μας ένα μικρόβιο που βρίσκεται στους υπονόμους, παρ' όλη αυτά όμως εξηγείται, αν σκεφτούμε πως μέσα στον νεροχύτη είχαν μείνει άπλυτα πιάτα και κατ' επέκταση νερά που λίμναζαν. Το ίδιο πράγμα ισχύει τόσο για το σφουγγαράκι όσο και για την πιατοθήκη, αφού πρόκειται για επιφάνειες που μένουν υγρές, πράγμα που βοηθά στην ανάπτυξη τέτοιων μικροβίων. Αυτό το μικρόβιο, αν βρεθεί σε νοσοκομεία, μπορεί να προκαλέσει σοβαρές λοιμώξεις. Όμως, στην προκειμένη περίπτωση το βακτηρίδιο αυτό είναι απόλυτα ακίνδυνο, επειδή βρέθηκε σ' ένα συνηθισμένο σπίτι, όπου μένουν κατά κανόνα άνθρωποι υγιείς. Επιπλέον, αυτό το μικρόβιο θα φύγει από τον νεροχύτη και τα πιάτα μας, αφού καθαρίσουμε με νερό και σαπούνι.

Γενικοί κανόνες υγιεινής

Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσουμε διαφορετικά σφουγγάρια για τα πιάτα και τους πάγκους εργασίας και την τουαλέτα. Τόσο τα σφουγγάρια όσο και τις πετσέτες πρέπει να τα αντικαθιστούμε, όταν παλιώνουν, και να τα κρατάμε στεγνά και καθαρά, επειδή η υγρασία ευνοεί την ανάπτυξη παθογόνων οργανισμών.

Στο ψυγείο

Στο ψυγείο βρέθηκε κολιοβακτηρίδιο. Πρόκειται για ένα μικρόβιο που βρίσκεται κανονικά μέσα στο έντερο και αποτελεί τη φυσιολογική του χλωρίδα. Από εκεί και πέρα όμως μπορεί να βρεθεί σε διάφορα σημεία, όπως στο έδαφος ή στο νερό. Σημασία εδώ έχουν οι ποσότητες του μικροβίου που συναντάμε και όχι απλώς το γεγονός ότι το συναντάμε. Στο ψυγείο όμως δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να βρεθεί κολιοβακτηρίδιο, γιατί δε δικαιολογείται η ύπαρξη του σε χώρους τροφίμων. Βέβαια, εκτός από τα δικά μας χέρια, δεν μπορούμε να είμαστε βέβαιοι για τους ανθρώπους που έπιασαν τα τρόφιμα πριν από εμάς. Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων κάποια απροσεξία κατά τη διαδικασία της υγιεινής μας θα μετατρέψει ένα μικρόβιο που είναι «καλό» στο έντερο σε «κακό» όταν μεταφερθεί στα χέρια μας.

Γενικοί κανόνες υγιεινής

Πριν βάλουμε στο ψυγείο τα λαχανικά και τα φρούτα, είναι σκόπιμο να τα πλένουμε, γιατί μπορεί να είναι φορείς κάποιων μικροβίων. Αν δε θέλουμε να τα πλύνουμε για να μη χαλάσουν, πρέπει να τα φυλάμε μέσα σε σακούλες. Τα αυγά πρέπει να τα πλένουμε καλά με νερό και σαπούνι πριν τα βάλουμε στο ψυγείο ή να τα κρατάμε σ' έναν ειδικό χώρο μέσα στη συσκευασία τους, ξεχωριστά από τα άλλα τρόφιμα. Το κρέας και το κοτόπουλο, όταν είναι ωμά, πρέπει να τα φυλάμε σε χωριστό μέρος και πολύ καλά σκεπασμένα, ώστε να μην έρχονται σε επαφή με άλλα μαγειρεμένα τρόφιμα, επειδή τα κοτόπουλα και τα αυγά μπορεί να έχουν σαλμονέλλα, η οποία ενοχοποι-