

What is salmonellosis?

Many different types of Salmonella can cause illness. Salmonellosis is a type of gastro (gastroenteritis) caused by the germ (bacterium) Salmonella.

Salmonellosis can affect anyone, however, it is more common in children under five years of age and young adults. The symptoms are often more severe in older people and people with other medical conditions.

What are the symptoms of salmonellosis?

The most common symptoms of salmonellosis are diarrhoea (which may contain blood or mucus), fever, stomach cramps, nausea, vomiting and headache.

Dehydration may occur, especially in infants and older people.

After Salmonella bacteria have been swallowed, it usually takes between six and 72 hours to become ill. To trace the cause of the illness, it is necessary to know where you were and what you ate and drank in the three days before you became ill.

Illness usually lasts for a few days but Salmonella bacteria may be present in the faeces for several weeks or longer.

Where are Salmonella found?

Salmonella bacteria are found in humans and in wild, farm and pet animals and birds, particularly chickens. As Salmonella infection of chickens is common, the bacteria can often be found in raw chicken meat and on eggs.

How does salmonellosis spread?

Inadequate cooking

Salmonella bacteria are often present in uncooked meat, particularly poultry, and on eggs. When raw meat or eggs are prepared for human consumption and are not adequately cooked, the bacteria may survive and infect people who eat it. Cooking these foods thoroughly will kill Salmonella bacteria.

Cross-contamination

Cross-contamination is the spread of bacteria from something that is contaminated with bacteria, to something that is not.

Consider raw or undercooked foods to be contaminated.

To avoid cross-contamination, raw foods should be handled and stored separately from cooked or ready-to eat foods. Kitchen

Che cos'è la salmonellosi?

Ci sono tanti diversi tipi di Salmonella che possono causare malattie. La salmonellosi è un tipo di gastroenterite causata dal batterio Salmonella.

La salmonellosi può colpire chiunque, tuttavia, è più comune tra i bambini sotto i cinque anni di età e tra i giovani. I sintomi sono spesso più gravi negli anziani e nelle persone affette da altre patologie.

Quali sono i sintomi della salmonellosi?

I sintomi più comuni di salmonellosi sono la diarrea (che potrebbe contenere tracce di sangue o muco), febbre, crampi allo stomaco, nausea, vomito e mal di testa.

Potrebbe verificarsi uno stato di disidratazione, specialmente nei bambini e negli anziani.

Dopo che i batteri Salmonella sono stati ingeriti, di solito ci vogliono dalle sei alle 72 ore prima che si manifesti la malattia. Per risalire alle cause della malattia, è necessario sapere dove ci si trovava e che cosa si è mangiato e bevuto nei tre giorni prima di ammalarsi.

La malattia di solito dura pochi giorni, ma i batteri Salmonella possono restare nelle feci per alcune settimane o più.

Dove si trova la Salmonella?

I batteri Salmonella si trovano negli esseri umani, negli animali selvatici, domestici e da fattoria e negli uccelli, in particolare nei polli. Siccome l'infezione da salmonella nei polli è comune, i batteri si trovano spesso nella carne di pollo cruda e nelle uova.

Come si diffonde la salmonellosi?

Cottura inadeguata

I batteri Salmonella si trovano spesso nella carne cruda, in particolare nel pollame e nelle uova. Quando la carne cruda o le uova sono preparate per il consumo umano e non vengono adeguatamente cotte, i batteri possono sopravvivere e infettare le persone che le mangiano. Cucinando questi cibi accuratamente si uccidono i batteri Salmonella.

La contaminazione crociata

La contaminazione crociata è la diffusione di batteri da qualcosa che è contaminato da batteri a qualcosa che non lo è. Gli alimenti crudi o non completamente cotti si considerano contaminati.

Per evitare la contaminazione crociata, i cibi crudi dovrebbero sempre essere maneggiati e conservati separatamente dai cibi

equipment such as chopping boards, blenders and mixers used to prepare raw foods must be thoroughly washed before being used again.

Person-to-person spread

People with salmonellosis have Salmonella bacteria in their faeces. If they do not wash their hands properly after going to the toilet, then contaminated hands can spread the bacteria to surfaces and objects which will be touched by other people. Contaminated hands can also spread the bacteria to food which may be eaten by other people.

Hands can also become contaminated with bacteria when a person changes the nappy of an infected infant.

People and animals can carry Salmonella in their faeces without having any symptoms. These people and animals can still pass the disease on to others.

From other sources

Pets, farm animals and contaminated drinking water can also spread Salmonella bacteria.

I think I may have salmonellosis – what should I do?

If you have symptoms of salmonellosis, report them to your doctor immediately. This will ensure that you receive proper treatment and advice and that steps are taken to reduce the spread of the disease.

If you think that a particular food caused your illness tell your doctor and report it to your local council health department as soon as possible. Keep any left over food in the refrigerator in case the council decides to collect it for laboratory testing.

Can I still work?

Food handlers, child care workers and healthcare workers with salmonellosis must not work until diarrhoea has stopped.

Children must not attend child care centres, kindergartens or school until 24 hours after diarrhoea has stopped.

How can I stop spreading it to my family?

In your household, the risk of spreading salmonellosis can be reduced. It is very important that people with salmonellosis or gastroenteritis do not prepare or handle food which will be eaten by other people and that no one shares their towel or face washer.

How can I avoid getting salmonellosis?

By following the guidelines below, everyone can do something to avoid getting salmonellosis.

cotti o pronti al consumo. Le attrezzature da cucina, come i taglieri, i frullatori e i mixer utilizzati per preparare i cibi crudi devono essere accuratamente lavati prima di essere usati di nuovo.

Trasmissione da persona a persona

Le persone affette da salmonellosi hanno i batteri Salmonella nelle loro feci. Se queste persone non si lavano le mani dopo essere andate in bagno, c'è il rischio che le mani contaminate possano diffondere i batteri alle superfici e agli oggetti che saranno poi toccati da altre persone.

Le mani contaminate possono anche diffondere i batteri al cibo che viene consumato da altre persone.

Le mani si possono anche contaminare quando si cambia il pannolino di un neonato infetto.

Le persone e gli animali possono trasportare i batteri Salmonella nelle loro feci, senza avere alcun sintomo, per alcune settimane dopo la scomparsa dei sintomi. Tali persone o animali possono ancora trasmettere la malattia ad altri.

Da altre fonti

I batteri Salmonella possono essere trasmessi anche da animali domestici, animali da fattoria e acqua potabile contaminata.

Penso di avere la salmonellosi - cosa devo fare?

Se si hanno sintomi di salmonellosi, bisogna dirlo subito al medico. In questo modo, si potranno ricevere dei consigli e un trattamento adeguato e verranno adottate misure appropriate per evitare la diffusione della malattia.

Se si pensa che la fonte della malattia possa essere stato del cibo, è importante farlo sapere subito al dipartimento sanitario del proprio comune. Conservare in frigorifero qualsiasi residuo di cibo in caso il comune decida di prelevarlo per fare dei test di laboratorio.

Posso ancora lavorare?

Gli addetti alla preparazione di alimenti, il personale sanitario e coloro che lavorano a contatto con i bambini dovrebbero stare a casa dal lavoro fino a quando la diarrea non sia cessata.

I bambini non devono andare all'asilo nido, all'asilo o a scuola fino a quando non siano trascorse 24 ore dall'ultimo episodio di diarrea.

Come posso evitare di trasmetterla alla mia famiglia?

È molto importante che le persone affette da salmonellosi o gastroenterite non preparino o maneggino cibi che verranno consumati da altre persone e che non condividano con gli altri il proprio asciugamano per il viso o da doccia.

Come posso evitare di prendere la salmonellosi?

Seguendo le indicazioni riportate di seguito, tutti possono fare qualcosa per evitare la salmonellosi.

Careful hand washing

Everyone should wash their hands thoroughly with soap and hot running water for at least ten seconds:

- before preparing food
- between handling raw and ready-to-eat foods
- before eating
- after going to the toilet or changing nappies
- after smoking
- after using a tissue or handkerchief
- after working in the garden
- after playing with pets

Food handlers should use disposable paper towels or an air dryer to dry their hands. Cloth towels are not recommended as they get dirty quickly and can spread bacteria from one person to another.

Safe food storage and handling

- Do not handle cooked foods with the same implements (tongs, knives, cutting boards) used on raw foods, unless they have been thoroughly washed between uses.
- If equipment such as blenders, mincers and mixers has been used for raw foods such as eggs and meat, wash it thoroughly before using it again.
- Keep all kitchen surfaces and equipment clean.
- Refrigerate raw foods below cooked or ready-to-eat foods to prevent cross-contamination.
- Defrost food by placing it on the lower shelves of a refrigerator or use a microwave oven.
- Thoroughly wash raw vegetables before eating.
- Thoroughly cook meat, chicken, and eggs, and any foods containing them.
- Place cooked food in a refrigerator within an hour of cooking it.
- Store foods below 5°C or above 60°C to prevent growth of bacteria.
- Reheat food until the internal temperature of the food reaches at least 75°C.
- Protect food from insects, rodents and other animals.

Advice on avoiding the risk of Salmonella infection from eggs can be found at www.health.vic.gov.au/eggs

Microwave cooking

Part of the microwave cooking process includes standing time. When using a microwave, read the manufacturer's instructions carefully and observe these standing times to ensure the food is completely cooked before it is eaten.

Lavarsi accuratamente le mani

Ci si dovrebbe sempre lavare accuratamente le mani con sapone e acqua calda corrente per almeno dieci secondi:

- prima di preparare il cibo
- tra la manipolazione dei cibi crudi e di quelli pronti da mangiare
- prima di mangiare
- dopo essere andati in bagno o aver cambiato pannolini
- dopo aver fumato
- dopo aver usato un fazzoletto di carta o di stoffa
- dopo aver lavorato in giardino
- dopo aver giocato con gli animali

Gli addetti alla preparazione di alimenti dovrebbero usare della carta da cucina o un asciugatore per le mani per asciugarsi le mani. Gli asciugamani di stoffa non sono consigliati in quanto si sporcano in fretta e possono trasmettere i batteri da una persona all'altra.

Conservazione e manipolazione adeguata dei cibi

- Non maneggiare i cibi cotti con gli stessi utensili (pinze, coltelli, taglieri) utilizzati per i cibi crudi, a meno che non siano stati accuratamente lavati tra gli usi.
- Se gli apparecchi elettrici come i frullatori, il tritacarne e il mixer sono stati usati per i cibi crudi come le uova e la carne, allora bisogna lavarli accuratamente prima di utilizzarli nuovamente.
- Mantenere pulite tutte le superfici e gli utensili da cucina.
- Refrigerare i cibi crudi sotto a quelli cotti o a quelli pronti per il consumo per evitare la contaminazione crociata.
- Scongelare gli alimenti mettendoli sugli scaffali più bassi di un frigorifero o usando un forno a microonde.
- Lavare attentamente le verdure crude prima di mangiarle.
- Cuocere bene la carne, il pollo e le uova e tutti gli alimenti che contengono carne, pollo o uova.
- Riporre in frigorifero i cibi cotti entro un'ora dalla cottura.
- Conservare gli alimenti ad una temperatura inferiore ai 5 °C o superiore ai 60 °C per prevenire la crescita batterica.
- Riscaldare gli alimenti finché la temperatura interna del cibo non abbia raggiunto almeno i 75 °C.
- Proteggere il cibo dagli insetti, dai roditori e da altri animali.

Si possono trovare consigli su come evitare il rischio di infezione da Salmonella tramite le uova sul sito www.health.vic.gov.au/eggs

Cottura a microonde

Parte del processo di cottura a microonde comprende anche il tempo di riposo. Quando si utilizza un forno a microonde, leggere le istruzioni con attenzione e osservare questi tempi di riposo per garantire che il cibo sia completamente cotto prima di essere mangiato.

Household cleaning

Bathrooms and toilets must be cleaned often to avoid the spread of bacteria. Pay particular attention to surfaces such as toilet seats and handles, taps and nappy change tables.

Outside the home

Sandpits can become contaminated with animal faeces and urine. Rake the sand frequently and remove any animal faeces. Cover the area when it is not being used.

Water from untreated sources

Untreated water that comes directly from lakes or rivers may be contaminated with faeces from people or animals. Boil water from these sources before drinking it.

Further information

Communicable Disease Prevention and Control Unit

Department of Health

Phone: 1300 651 160

www.betterhealth.vic.gov.au

www.health.vic.gov.au/eggs

Language assistance is available through the Translating and Interpreting Service, phone 13 14 50.

La pulizia della casa

Pulire spesso i bagni e i gabinetti per evitare la diffusione di batteri. Prestare particolare attenzione alle superfici, come la tavoletta del water, lo sciacquone, i rubinetti e i fasciatoi.

Fuori casa

Le buche di sabbia possono essere contaminate dall'urina e dagli escrementi di animali. Rastrellare la sabbia di frequente e rimuovere eventuali escrementi. Coprire la zona quando non in uso.

Acqua da fonti non trattate

L'acqua non trattata che proviene direttamente da laghi o da fiumi può essere contaminata da escrementi di persone o animali. Bollire l'acqua proveniente da queste fonti prima di berla.

Per ulteriori informazioni

Department of Health (Ministero della Sanità) Communicable Disease Prevention and Control Unit (Unità di controllo e prevenzione delle malattie trasmissibili)

Telefono: 1300 651 160

www.betterhealth.vic.gov.au

www.health.vic.gov.au/eggs

Si può richiedere l'assistenza di un interprete attraverso il Servizio di traduzione e interpretariato, chiamando il numero 13 14 50.