

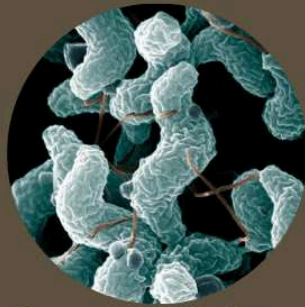
# POZOR NA ČREVNÉ NÁKAZY



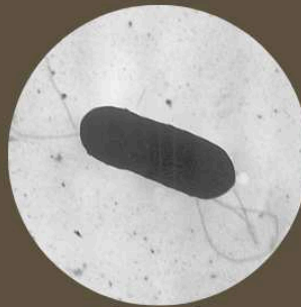
ÚRAD  
VEREJNÉHO  
ZDRAVOTNÍCTVA  
SLOVENSKEJ  
REPUBLIKY



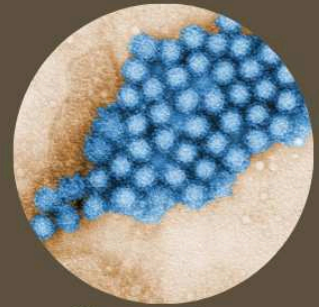
**Salmonella**



**Kampylobakter**



**Listeria**



**Norovírus**

*Teplé letné počasie napomáha šíreniu a množeniu škodlivých patogénov v potravinách a pokrmoch. Pri domácej príprave jedla, pri jeho skladovaní či servírovaní možno urobiť chyby, ktoré zapríčinia hnačku, bolesti brucha alebo iné vážne komplikácie.*

## Ako sa môžete chrániť?



Dôkladne si pred varením, po manipulácii so surovými potravinami a pred servírovaním hotových pokrmov umyte ruky.



Uprednostňujte tepelne spracované potraviny, napríklad pasterizované mlieko pred surovým, vajíčka jedzte "natvrdo".



Dôsledne pitnou vodou vyumývajte potraviny konzumované v surovom stave, napríklad čerstvú zeleninu a ovocie.



Na prípravu surových pokrmov používajte iné riady a dosky na krájanie než pri spracovaní surového mäsa. Aby nedošlo ku kontaminácii, dôkladne vyumývajte nástroje a pracovné povrchy.



Varenie usmrcuje mikroorganizmy vtedy, ak všetky časti potraviny dosiahnu teplotu minimálne 70°C počas 20 minút.