

Το πιο βρόμικο αντικείμενο στο σπίτι σας δεν είναι αυτό που φαντάζεστε...

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μία νέα μελέτη έρχεται να ανατρέψει όλα όσα πιστεύαμε σχετικά με τα πιο βρόμικα αντικείμενα που υπάρχουν σπίτι μας.

Σύμφωνα με αυτή, για το 40% των περιπτώσεων τροφικής δηλητηρίασης ευθύνεται η ανεπαρκής υγιεινή του σπιτιού μας.

Και αυτό, καθώς σχεδόν τα μισά εκ των αντικειμένων που χρησιμοποιούμε καθημερινά στο σπίτι μας έχουν μολυνθεί με επικίνδυνα βακτήρια, όπως το E. Coli.

«Οι περισσότεροι δίνουν σημασία στον καθαρισμό της τουαλέτας, χρησιμοποιώντας πολλά καθαριστικά, πιστεύοντας ότι πρόκειται για το πιο βρόμικο σημείο του σπιτιού. Όμως, όλες οι μελέτες, στις οποίες έχω λάβει μέρος, δείχνουν ότι τα πιο επικίνδυνα βακτήρια κρύβονται στην κουζίνα. Το ωμό κρέας, τα πουλερικά και τα λαχανικά είναι οι ένοχοι», επισημαίνει η ειδικός στην υγιεινή των τροφίμων, δρ. Lisa Ackerley.

Ποιο είναι όμως το πιο επικίνδυνο αντικείμενο που βρίσκεται στην κουζίνα μας;

Κάθε κουζίνα διαθέτει μια τουλάχιστον επιφάνεια κοπής. Από το ωμό κρέας, μέχρι τα λαχανικά, οι περισσότερες από τις τροφές που καταναλώνουμε καθημερινά, στη διαδρομή τους μέχρι το τηγάνι, την κατσαρόλα ή το ταψί, κάνουν μια στάση από την επιφάνεια κοπής.

Για το λόγο αυτό αποτελεί ένα από τα πιο επικίνδυνα «μαγειρικά σκεύη». Οι ερευνητές, μάλιστα, υποστηρίζουν ότι φιλοξενεί 200% περισσότερα βακτήρια από όσα βρίσκονται σε ένα κάθισμα τουαλέτας.

Σύμφωνα με τη δρ. Ackerley, οι άνθρωποι δε λαμβάνουν τις κατάλληλες προφυλάξεις, επειδή οι μικροοργανισμοί είναι αόρατοι στο μάτι. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα με τα χέρια μας μεταφέρουμε βακτήρια, τα οποία μπορεί να εξαπλωθούν σε οποιοδήποτε σημείο του σπιτιού, στην περίπτωση που δεν τα έχουμε πλύνει καλά.

«Λίγοι μόνο μικροοργανισμοί πάνω στο χέρι μας, είναι αρκετοί για να μεταφερθούν σε πόμολα, πετσέτες ή άλλες επιφάνειες που αγγίζουμε καθημερινά», υπενθυμίζει.

Ορισμένα, μάλιστα, από αυτά είναι εξαιρετικά μολυσματικά, ακόμα και σε μικρό αριθμό και τελικά καταλήγουν στο έντερο, όπου γίνονται επικίνδυνα, απειλώντας μας με τροφική δηλητηρίαση.

Η μοναδική λύση προστασίας βρίσκεται στο πλύσιμο των χεριών.

Ωστόσο, όπως ξεκαθαρίζει η δρ. Ackerley, το απλό ξέπλυμα των χεριών με ζεστό νερό δεν είναι αρκετό για να σκοτώσει τα επικίνδυνα βακτήρια, αφού για να συμβεί κάτι τέτοιο, το νερό θα έπρεπε να είναι τόσο καυτό που δεν θα αντέχαμε να το πιάσουμε.

Ιδανικά, λοιπόν, θα πρέπει να τρίβουμε τα χέρια μας κατά το πλύσιμο για τουλάχιστον 20" με σαπούνι.

Φυσικά, εξίσου σημαντικό με το πλύσιμο των χεριών είναι η απολύμανση όλων των σκευών και επιφανειών μετά την προετοιμασία ωμού κρέατος και λαχανικών.

Πηγή: onmed.gr