

Recommandations toxoplasmose, listériose, salmonellose

Prévention séro-conversion toxoplasmose :

- Bien cuire la viande (bœuf, mouton, porc, cheval), cuisson d'au moins 65°C dans toute l'épaisseur de la viande
- Eviter la consommation de viande marinée, fumée ou grillée (comme cela peut être le cas pour le gibie).
- Utiliser de la viande congelée.
- Lors de la préparation des repas :
 - Se laver les mains avant toute manipulation d'aliments.
 - Laver soigneusement les crudités, légumes et les plantes aromatiques surtout s'ils sont terreux et consommés crus.
 - Se laver les mains après contact avec des légumes, des fruits ou de la viande crue et avant de passer à table ; Une bonne hygiène des mains et des ustensiles de cuisine est importante. Laver soigneusement les ustensiles de cuisines, ainsi que le plan de travail. Nettoyer fréquemment (2 fois par mois) et désinfecter ensuite avec de l' eau javellisée le réfrigérateur.
 - Conserver les aliments crus (viande, légumes...) séparément des aliments cuits ou prêts à être consommés.
- Lors des repas pris en dehors du domicile :
 - Eviter la consommation de crudités et préférer les légumes cuits.
 - La viande doit être consommée bien cuite ou privilégier la consommation de volaille ou de poisson.
- Eviter les contacts directs avec les objets qui pourraient être contaminés par les excréments de chat comme les bacs des litières, la terre...
 - Porter chaque fois des gants en cas de manipulation de ces objets.
 - Désinfecter les bacs de litière des chats avec de l'eau de javel.
 - Eviter le contact direct avec la terre et porter des gants pour jardiner.
 - Se laver les mains après des activités de jardinage, même si elles sont protégées par des gants.

Prévention de la listériose :

- Eviter les fromages à pâte molle au lait cru (ainsi que que le fromage vendu râpé), enlever la croûte des fromages,
- Eviter les poissons fumés, coquillages crus, surimi, tarama et les graines germées crues (soja...)
- Il est préférable d' acheter des produits pré- emballés pour les charcuteries consommées en l'état (pâté, rillettes, jambon, produit en gelée...). Les consommer rapidement après achat.

Prévention des salmonelloses :

- Conserver les œufs au réfrigérateur.
- Ne pas consommer d'œufs crus ou mal cuits ; Une cuisson complète doit rendre ferme le blanc et le jaune.
- Préparer les produits à base d' œufs sans cuisson (mayonnaise, crème, mousse au chocolat, pâtisserie.....) le plus près possible du moment de la consommation et les maintenir au froid. Pour ces préparations, éviter de casser les œufs en bordure du récipient utilisé pour faire la préparation.