

## Эксперт советует

### Профилактика ботулизма

Пищевой ботулизм это острая пищевая токсикоинфекция, развивающаяся в результате попадания в организм человека ботулотоксина, который вырабатывает анаэробная (способная развиваться без доступа кислорода) палочка *Clostridium botulinum*. Токсин не изменяет вкуса продуктов и относится к наиболее сильным ядовитым биологическим веществам. Сам возбудитель не вызывает заболевание, человек заболевает, употребляя продукты, содержащие ботулотоксин.



Ботулизм относится к тяжёлым токсическим инфекционным заболеваниям. При этом тяжело поражается нервная система (в том числе спинной и продолговатый мозг). Многие люди, не зная, что это такое ботулизм, игнорируют его чрезвычайную опасность для жизни человека.

**Признаки ботулизма** могут появиться в течение 2–36 часов после попадания токсина в организм человека: двоение предметов, предметы видятся в тумане, сетка перед глазами, головная боль, отмечается неустойчивость походки. К зрительным нарушениям присоединяется расстройство голоса вплоть до его исчезновения. При дальнейшем развитии заболевания главным симптомом является расстройство дыхания. Летальность при ботулизме в случаях несвоевременного обращения за медицинской помощью достигает 70 %.

В домашних условиях заболевание ботулизмом возможно при:

- отравлении домашними консервами;
- употреблении плохо обработанных грибов, овощей;
- при использовании домашних заготовок на масляной основе (чеснок, приправы);
- рыба домашнего приготовления.

### Основные меры профилактики ботулизма:

- не покупать консервы домашнего приготовления с рук, на стихийных рынках;
- овощи, фрукты, ягоды и грибы должны быть хорошо отмыты от частиц земли, если их поверхность загрязнена землей, пользоваться при мытье щеткой;
- недопустимо консервировать давно снятые, испорченные овощи, фрукты, ягоды и грибы;
- строго соблюдать правила стерилизации банок, крышек и режим тепловой обработки продуктов в домашних условиях;
- рыбу после улова нужно быстро выпотрошить, промыть проточной водой и хранить в условиях холода;
- засолку грибов не следует производить в герметически закрытых банках; лучший метод хранения грибов – соление и сушка;
- перед употреблением в пищу консервированных продуктов их лучше прокипятить в течение 20-25 минут (за это время разлагается токсин ботулизма);
- хранить домашние консервы при низких температурах, перед вскрытием банки с консервами нужно осматривать - при развитии в них возбудителя ботулизма отмечается вздутие дна и крышки банок (бомбаж).

Все эти меры помогут Вам защититься от ботулизма.

Будьте здоровы!