

Пам'ятка для населення щодо профілактики ботулізму

Ботулізм - гостра токсикоінфекція, викликана паличкою *Clostridium botulinum* і її токсином, що міститься в неправильно приготовлених і збережених консервах. Захворювання реєструється повсюдно, окрім районів вічної мерзлоти. Присутність ботулотоксину в харчових продуктах не змінює їх органолептичних властивостей.

Збудники ботулізму широко поширені в природі. Вегетативні форми і спори виявляються в кишечнику різних домашніх і особливо диких тварин, водоплавних птахів, риб. Потрапляючи у зовнішнє середовище (грунт, мул озер і річок), спори довгостроково зберігаються і накопичуються. Практично всі харчові продукти, забруднені ґрунтом або вмістом кишечника тварин, птахів, риб можуть містити спори або вегетативні форми збудників ботулізму. Проте захворювання може виникнути тільки при вживанні тих, які зберігалися при анаеробних або близьких до анаеробних умовах без попередньої достатньої термічної обробки. Це можуть бути консерви, особливо домашнього приготування, копчені, в'ялені м'ясні та рибні вироби, а також інші продукти, в яких є умови для розвитку вегетативних форм збудників та токсинування. Найчастіше реєструються захворювання, пов'язані з вживанням грибів домашнього консервування, копченої або в'яленої риби, м'ясних і ковбасних виробів, бобових консервів. Ці продукти частіше викликають групові, «сімейні» спалахи захворювань. Якщо інфікований продукт твердофазний (ковбаса, копчене м'ясо, риба), то в ньому можлива, так звана, «гніздова» інфікованість збудниками ботулізму і утворення токсинів. Тому зустрічаються випадки захворювання на ботулізм, коли не всі особи, які вживали один продукт, хворіють. У даний час переважають захворювання, викликані отруєннями токсинами А, В або Е. Таким чином, основним шляхом передачі захворювання є харчовий, обумовлений вживанням консервованих у домашніх умовах продуктів харчування.

У питаннях профілактики ботулізму основним є дотримання чистоти сировини. Тому чим чистіше відмито городину перед консервуванням, чим ретельніше промита риба перед засолом, тем менше ймовірність потраплення до продукту збудника ботулізму. Рибу перед засолом у домашніх умовах необхідно звільнити від нутрощів, ретельно промити зовнішню й внутрішню поверхні. Гриби складно повністю звільнити від мікрочастинок ґрунту, тому не рекомендується консервувати їх у герметично закритих банках у домашніх умовах. При домашньому консервуванні, особливо овочів, що містять мало природної кислоти, необхідно додавати за рецептурою оцтову, лимонну кислоти, тому що збудник ботулізму не любить кисле середовище. Важливо добре стерилізувати банки й кришки безпосередньо перед закладкою в них продуктів. При консервуванні в домашніх умовах, особливо м'ясних і рибних продуктів, необхідно проводити тиндалізацію (протягом двох діб прогрівати при температурі 100°C 5 хвилин для переходу спор у вегетативну форму), після чого простерилізувати консерви при температурі 100°C - не менше 40 - 60 хвилин з подальшою їх герметичною упаковкою. Найменше здуття кришки — причина для категоричної відмови від уживання в їжу вмісту даної банки. Також необхідно категорично виключити придбання виготовлених у домашніх умовах консервів, в'яленої, копченої, солоної риби й інших продуктів харчування в місцях несанкціонованої торгівлі у приватних осіб.

У випадку появи симптомів захворювання слід негайно звернутися до лікаря.

З метою попередження харчових отруєнь необхідно дотримуватись наступних рекомендацій:

- не брати в дорогу та на відпочинок продукти, що швидко псуються;
- швидкопсуючі продукти зберігати тільки в холодильнику та обов'язково дотримуватись термінів їх реалізації;
- ретельно проварювати, тушкувати і просмажувати харчові продукти, особливо

консервовані, безпосередньо перед вживанням. Залишки їжі на наступний день перед вживанням обов'язково прокип'ятити чи протушкувати;

- сирі і варені продукти при приготуванні їжі обробляти окремим розроблювальним інвентарем (ножі, дошки);

- захищати харчові продукти і продовольчу сировину від випадкових забруднень, зберігати їх у закритому посуді;
- не купувати продукти харчування на стихійних ринках з рук у приватних осіб.

У випадку виявлення перших ознак харчового отруєння (слабкість, підвищення температури тіла, нудота, біль в животі, блювання, пронос тощо) не займайтесь самолікуванням, а терміново зверніться до найближчої лікувальної установи за допомогою медпрацівників.

Пам'ятайте: хворобу легше попередити, ніж лікувати. Будь-яке отруєння не проходить безслідно. Бережіть своє здоров'я і здоров'я близьких, а особливо дітей. Прислухайтесь до вищевказаних порад.