**День солений. Профилактика ботулизма и правила выбора качественных консервов**



Ботулизм – это острое пищевое отравление инфекционной природы, характе-ризующееся интоксикацией организма с преимущественным поражением центральной нервной системы в результате употребления пищевых продуктов, содержащих токсины Clostridium botulinum, и при несвоевременном обращении за помощью заканчивается летальным исходом.

Заболеваемость ботулизмом в основном связана с употреблением пищевых продуктов домашнего консервирования (грибы, консервированные овощи, вяленая рыба). Широкое применение герметизации домашних консервов при неудовлетво-рительном соблюдении технологии изготовления, либо гигиенических условий, при недостаточной термической обработке их в домашних условиях нередко приводит к возникновению заболеваний.

Помните:

- не стоит покупать на рынках и в случайных местах соленые и маринованные грибы, консервы домашнего изготовления, копченую, соленую, вяленую рыбу, мясокопчености домашнего изготовления.

- консервы, где имеются вздутые крышки (бомбаж) в пищу не пригодны – это очень опасно!

- не готовьте в домашних условиях консервы в герметически закрытых банках из грибов, мяса, рыбы, моркови, свеклы, портулака и укропа. Эти продукты трудно отмыть от мелких частичек почвы и спор возбудителей ботулизма.

- не консервируйте продукты с признаками порчи и гнили.

- нельзя нарушать общепринятую технологию приготовления: уменьшать количество соли, уксуса, сокращать время тепловой обработки.

- кипячение, прожаривание, проваривание пищевых продуктов и любых консервов перед едой – основная мера профилактики не только ботулизма, но и других кишечных заболеваний и пищевых отравлений!

Клинические проявления ботулизма: заболевание начинается, как правило, внезапно, обычно через 2-6 часов после употребления зараженного продукта. У больного появляется головная боль, головокружение, слабость, бессонница, боль в животе, тошнота, рвота, чувство «замирания сердца», сухость во рту, жажда. Может наступить расстройство дыхания - больные жалуются на нехватку воздуха, делают неожиданные паузы во время разговора, появляется чувство стеснения или сжатия в груди. Температура тела остается нормальной или несколько повышена.

При появлении первых признаков заболевания, установления связи их с употреблением консервированных продуктов больной должен срочно обратиться за медицинской помощью. Самолечение недопустимо!

Соблюдая эти простые правила Вы сохраните свое здоровье, а возможно и жизнь!