Автор: ГУ «Гомельский ОЦГЭиОЗ»

Ботулизм - это острое инфекционное заболевание, вызываемое токсинами бактерий ботулизма. Местом постоянного обитания возбудителей является почва, из которой они попадают на грибы, свежие фрукты, овощи, в воду и т.д. Возникает ботулизм при употреблении в пищу продуктов, содержащих токсины ботулиновой палочки. Овощные, рыбные, мясные, грибные, а также многие другие консервы, вяленые продукты, которые мы изготавливаем в домашних условиях, порой бывают весьма опасными для нашего здоровья.

Ботулотоксин отличается высокой устойчивостью к действию консервирующих факторов — солению, замораживанию, маринованию. В то же время высокая температура довольно быстро вызывает разрушение токсина: при кипячении (100 °С) — через 15 мин, при 80 °С — через 30 мин.

Инкубационный период при ботулизме составляет 6 – 8 часов, но может продолжаться и 7 - 10 дней! В большинстве случаев ботулизм начинается остро.

Самые распространенные ранние симптомы ботулизма:

- тошнота, рвота
- ухудшение зрения («сетка», «туман», двоение в глазах, опущение век)
- сухость во рту и поперхивание
- нарушение речи, головная боль и слабость в мышцах.
- расстройство и остановка дыхания – наиболее распространенные причины смерти при ботулизме.

Поэтому при первых же симптомах необходимо обращаться за квалифицированной

медицинской помощью и не заниматься самолечением.

Лучшей профилактикой ботулизма является употребление консервов только промышленного приготовления.

В домашних условиях следует соблюдать следующие правила:

? овощи, фрукты, ягоды и грибы должны быть хорошо отмыты от частиц земли;

? недопустимо консервировать давно снятые, испорченные овощи, фрукты, ягоды и грибы;

? рыбу после улова нужно быстро выпотрошить, промыть проточной водой и хранить в условиях холода;

? следует строго соблюдать правила стерилизации банок, крышек и режим тепловой обработки продуктов в домашних условиях;

? необходимо хранить домашние консервы при низких температурах, обязательно отбраковывать и уничтожать бомбажные (вздутые) банки;

? перед употреблением в пищу консервированных продуктов их лучше прокипятить в

течение 20-25 минут (за это время разлагается токсин ботулизма);

? засолку грибов не следует производить в герметически закрытых банках, добавлять в рассол растительное масло, т.к. это создает безкислородную среду и может способствовать размножению бактерии ботулизма и накоплению токсина, особенно в емкостях с плотно утрамбованными грибами;

? запрещается покупать на рынках (с рук) изготовленные в домашних условиях вяленую соленую и копченую рыбу, вяленое мясо, консервированные грибы или овощи в банках с закатанными крышками.

Соблюдая эти простые правила, вы сможете избежать заболевания ботулизмом и сохранить свое здоровье и здоровье своих близких!

Так как к ботулиническому токсину особенно чувствительны дети, то им нельзя давать консервированные в домашних условиях продукты, не подвергнув их предварительной термической обработке!