

Як вберегтися від ботулізму?

Ботулізм – це дуже небезпечне, а інколи смертельне, токсичне харчове отруєння, яке виникає при вживанні продуктів, в яких накопичилися ботулотоксини.

На Полтавщині щороку реєструються випадки ботулізму. Етіологія ботулізму – мікроби групи клостридій. Клострідії у великій кількості присутні в ґрунті, в річковому мулі, де можуть існувати довгі роки, а також у кишечнику багатьох тварин, звідки з фекаліями потрапляють у ґрунт. Харчові продукти, забруднені клостридіями і недостатньо оброблені, стають причиною захворювання на ботулізм.

Токсин клостридій – ботулотоксин – починає вироблятися тільки без доступу кисню.

Причиною ботулізму найчастіше стають продукти домашнього консервування – м'яса, риби, рідше – овочів. Потенційно небезпечними є усі консервовані та щільно закупорені продукти, які були погано вимиті, неправильно/недостатньо термічно оброблені, транспортувались або зберігались неналежним чином.

Токсин добре переносить заморожування, тому сардельки та інші ковбасні вироби, особливо у вакуумній упаковці, теж становлять загрозу щодо ботулізму

Навіть консерви, у яких все гаразд з терміном придатності, виглядом і смаком, можуть бути зараженими: ботулізм не можна визначити за кольором або смаком, бо мікроорганізм, який спричиняє хворобу, не псує продукти.

Також ботулізм може виникнути внаслідок споживання в'яленої чи копченої риби та будь-яких виробів з м'яса (ковбаси, шинки тощо). Токсин може розвинути в черевці засоленої риби, в овочах, рибі та м'ясі, засолених великими шматками, у великій тарі, до дна якої не проникає кисень.

Консервовані гриби теж можуть викликати ботулізм, особливо, коли вони були попередньо погано промиті.

Найчастіше причиною ботулізму стають в'ялені або копчені продукти домашнього приготування, проте реєструються випадки хвороби після вживання продуктів вироблених у промислових умовах. Це трапляється у випадку не дотримання відповідних вимог під час заготівлі, переробки чи зберігання продукту.

Значно рідше ботулізмом можна заразитись через рани, так само рідко мікроорганізм передається від матері до дитини через грудне молоко.

Наразі невідомі випадки ботулізму, пов'язані із уживанням свіжих промитих та правильно проварених чи обсмажених продуктів.

Симптоми ботулізму з'являються через кілька годин або через кілька днів після вживання небезпечного продукту. Що коротший інкубаційний період, тим тяжчий клінічний перебіг хвороби. Основні симптоми ботулінічного отруєння: порушення зору (неможливість прочитати текст, двоїння в очах), порушення ковтання, гугнявість голосу, сухість в роті, запаморочення, слабкість м'язів, швидка стомлюваність, можливі короткочасні болі в животі та здуття живота, блювання, закрепи.

У питаннях профілактики ботулізму основним є дотримання чистоти сировини. Тому чим чистіше відмито городину перед консервуванням, чим ретельніше промита риба перед засолом, тим менше ймовірність потрапляння до продукту збудника ботулізму.

Гриби складно повністю звільнити від мікрочастинок ґрунту, тому не рекомендується консервувати їх у герметично закритих банках у домашніх умовах.

Важливо добре стерилізувати банки й кришки безпосередньо перед закладкою в них продуктів.

Якщо можливо, то потрібно прогрівати домашні консерви перед вживанням, бо при 80 градусах ботулотоксин руйнується. Продукти після розморожування піддавати ретельній кулінарній обробці.

Найменше здуття кришки — причина для категоричної відмови від вживання 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 за медичною допомогою, так як зволікання може призвести до смерті.

Пам'ятайте, що хворобу легше попередити, ніж лікувати. Тому ретельно слідкуйте за якістю продуктів, які споживаєте самі та Ваша родина!

Миргородське районне управління
Головного управління Держпродспоживслужби
в Полтавській області