

Профілактика ботулізму під час воєнного стану

Наразі в Україні діє військовий стан. Наші громадяни, іноземні друзі, волонтери та партнери роблять свій внесок в тяжкий час, як збір продуктів харчування та приготування їжі для цивільного населення та особистого складу військ України.

Однак, слід пам'ятати, що продукти, які були виготовлені в домашніх умовах з порушенням технології приготування (м'ясні та рибні консерви, копченості, в'ялена риба та консервовані овочі) та спека, за умов якої продукти швидко псуються, можуть стати причиною особливо небезпечного харчового отруєння – ботулізму.

Ботулізм – це дуже небезпечне і в багатьох випадках смертельне токсико-інфекційне захворювання, яке виникає при вживанні продуктів, заражених мікробом групи клостридій.

Збудник *Clostridium botulinum* постійно існує в ґрунті, він утворює спори, надзвичайно стійкі до впливу хімічних і фізичних факторів (витримують кип'ятіння протягом 5 годин, гинуть при температурі 1200 С через 30 хвилин). Бактерії містять одну з найсильніших у природі отрут – ботулотоксин. Зараження людини ботулізмом відбувається під час вживання продуктів тваринного і рослинного походження, забруднених клостридіями.

Характерно, що спори клостридій знаходяться в зараженому продукті не рівномірно, а зосереджені у визначених ділянках. Тому з однієї банки або одну і ту ж копчену рибу може їсти вся сім'я, а захворіти можуть лише один або кілька людей, які споживають в їжу ті ділянки продукту, в яких були спори збудника та ботулінічний токсин.



Загальноприйняті в домашніх умовах способи обробки харчових продуктів, такі як консервування в банках, копчення, маринування, соління та інші, не приводять до знищення збудників ботулізму і їх спор і при тривалому збереженні в цих продуктах може утворитися токсин.

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

В створених умовах, де відсутній кисень, наприклад в герметично закритих консервованих овочах, фруктах і грибах, які були погано промиті і оброблені термічно або непатраній риби - мікроби ботулізму проростають і виробляють токсин. Саме такі умови створюються при домашньому консервуванні м'яса, риби, птиці, грибів та приготуванні соленої, копченої риби, м'яса, птиці.

Слід пам'ятати: інфіковані ботулізмом харчові продукти не змінюють своїх зовнішніх ознак. Виняток – консерви, у разі інфікування *Clostridium botulinum* бувають здуті – бомбажні.

Клінічна картина ботулізму залежить не від типу збудника, а від дози токсину та початку введення лікувальної антитоксичної сироватки.

Інкубаційний період при ботулізмі становить від кількох годин до 2-8 діб. Чим він коротший, тим важче отруєння. При найбільш важких випадках інкубаційний період не більше 24 годин.

Клінічний перебіг ботулізму найчастіше поступовий. За всією розмаїтістю симптоматики початкового періоду захворювання виділяють три найтипівіші варіанти його розвитку:

- з диспептичним синдромом;
- з розладом зору;
- з порушенням дихання.

Перші ознаки, що мають насторожити, – порушення зору, виникнення м'язової слабкості, поява сухості у роті, відчуття «туману», двоїння предметів, «сітка» перед очима, далекозорість.

Оскільки ботулізм важке захворювання, що викликає незворотні наслідки і може призвести до смерті хворого, займатися самолікуванням категорично не рекомендується.

З метою попередження випадків захворювання краще завжди дотримуватись **профілактичних заходів** щодо виникнення ботулізму:

- насамперед – це суворе дотримання основних санітарно-гігієнічних правил при обробці, зберіганні та приготуванні продуктів харчування і сировини;
- ретельно промивати та просушувати овочі, особливо гриби перед консервуванням, дотримуватися температурного режиму при виготовленні консервів;
- не їсти консерви з бомбажом або при підозрі на недоброякісність;
- не купувати копчену, солену та в'ялену рибу на стихійних ринках, яка була виготовлена в домашніх умовах та без лабораторного контролю;
- купуючи сушену та в'ялену рибу промислового виробництва, навіть в закладах торгівлі, звертайте увагу на її зовнішній вигляд, умови зберігання, наявність маркування із зазначенням дати виготовлення та терміну придатності;

– вживати грибні та рибні консерви тільки промислового виготовлення, так як технологія та рецептура їх приготування розроблена з врахуванням профілактики ботулізму та з проведенням відповідного лабораторного контролю;

– необхідно ретельно очищати і промивати продукти проточною водою, швидко і ретельно видаляти кишки при післязabійному розчленуванні туші, чистити рибу негайно після вилову, для консервування використовувати лише свіжі, доброякісні продукти;

– необхідно суворо дотримуватись рекомендованих правил обробки банок та теплової обробки продуктів. Домашні консерви потрібно зберігати в холодильнику, в прохолодному місці і бажано короткий термін.

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.

**Центр превентивної медицини
ДУ «ТМО МВС України по Донецькій області»**