**Ботулізм: Як запобігти і що робити при симптомах захворювання**

Найчастіше інфекція ботулізму міститься в таких продуктах, як гриби домашнього консервування, копчена або в'ялена риба, м'ясні та ковбасні вироби, бобові консерви.

Ботулізм - гостра токсикоінфекція, спричинена паличкою Clostridium botulinum, що міститься в неправильно приготованих консервах.

Основним шлях передачі захворювання є харчовий, найчастіше - при вживанні консервованих в домашніх умовах продуктів харчування. 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.

Симптоми хвороби:

• Підвищена температура

• Сухість в роті

• Ускладнення ковтання

• Невиразність мови

• Двоїння в очах

• Помутніння і опущення повік

• М’язова слабкість

• Запаморочення

• Нудота і блювання

• Пронос

• Здуття живота і запор

• Ураження м’язів шиї і кінцівок

Інкубаційний період від 2-3 годин до 10 діб.

У питаннях профілактики ботулізму основним є дотримання чистоти сировини. Чим чистіше вимиті овочі перед консервуванням, чим ретельніше промита риба перед послом, тим менша ймовірність потрапляння в продукт збудника ботулізму.

Заходи безпеки

• Рибу перед послом в домашніх умовах необхідно очистити від нутрощів, ретельно промити зовнішню і внутрішню поверхні.

• Гриби складно повністю звільнити від мікрочастинок грунту, тому не рекомендується консервувати їх в герметично закритих банках в домашніх умовах

• При домашньому консервуванні, особливо овочів, що містять мало природного кислоти, необхідно додавати за рецептурою оцтову, лимонну кислоту, тому що збудник ботулізму не любить кисле середовище.

• Важливо добре стерилізувати банки і 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 консерви при температурі 100 ° С 5 хвилин для переходу спор в вегетативну форму), після чого простерилізувати консерви при температурі 100 ° С - не менше 40 -60 хвилин з подальшою герметичним закриттям.

• Найменше здуття кришки - причина для категоричної відмови від вживання в їжу вмісту банки.

• Також необхідно категорично виключити придбання домашніх консервів, в'яленої, копченої, солоної риби та інших продуктів харчування в місцях несанкціонованої торгівлі, у приватних осіб.

У разі появи симптомів захворювання слід негайно звернутися до лікаря. З метою попередження харчових отруєнь необхідно дотримуватися наступних рекомендацій:

- не брати в дорогу і на відпочинок продукти, що швидко псуються

- швидкопсувні продукти зберігати тільки в холодильнику і обов'язково дотримуватися термінів їх реалізації;

- ретельно проварювати, тушкувати і прожарювати харчові продукти, особливо консервовані, безпосередньо перед вживанням. Залишки їжі на наступний день перед вживанням обов'язково прокип'ятити або протушкувати;

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

- захищати харчові продукти і продовольчу сировину від випадкових забруднень, зберігати їх в 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, блювота, пронос і т.п.) не займайтеся самолікуванням, а терміново зверніться до найближчої лікувальної установи за допомогою медпрацівників.

Первомайське міжрайонне управління Держпродспоживслужби в Миколаївській обасті відділ санітарного нагляду за дотриманням санітарногозаконодавства