



Ботулизм - это острое пищевое отравление инфекционной природы, характеризующееся интоксикацией организма с преимущественным поражением центральной нервной системы в результате употребления пищевых продуктов, содержащих токсины *Clostridium botulinum*.

Микробы ботулизма широко распространены в природе и в окружающей среде в виде формы - спор. Попадая на фрукты и овощи, в пищевые продукты, корм для скота или в кишечник животных, споры прорастают в вегетативную форму (при отсутствии кислорода) и образуют токсин, который является сильнейшим бактериальным ядом, который по силе действия превосходит все другие бактериальные токсины и химические яды. Он устойчив к воздействию внешней среды и разрушается лишь при кипячении в течение 10 - 15 минут.

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

Ботулизм можно предупредить, если знать мероприятия по его профилактике, основанные на свойствах возбудителя и его токсина.

- Каждый должен помнить, что не стоит покупать на рынках и в случайных местах соленые и маринованные грибы, консервы домашнего изготовления, копченую, соленую, вяленую рыбу, мяскопчености домашнего изготовления.

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

- Хранение рыбы без удаления кишечника при высокой температуре окружающего воздуха (именно так обычно поступают частные лица) также способствует прорастанию спор и образованию токсина, который не разрушает даже крепкий посол рыбы.
  
- Кипячение, прожаривание, проваривание пищевых продуктов и любых консервов перед едой – основная мера профилактики не только ботулизма, но и других кишечных заболеваний и пищевых отравлений!
  
- По возможности вообще отказаться от консервирования в домашних условиях, если все таки решили законсервировать пищевые продукты в домашних условиях, то необходимо соблюдать несколько правил консервирования:
  - не рекомендуется консервировать мясо, рыбу, грибы, зелень с применением герметической укупорки;
  
  - при консервировании овощей с низкой кислотностью (огурцы, баклажаны и др.) необходимо добавлять уксусную или лимонную кислоту, строго соблюдая рецептуру (0,5-0,6%);
  
  - нельзя использовать для консервирования лежалые, с признаками порчи овощи, зелень и фрукты;
  
  - необходимо тщательно мыть овощи и плоды под проточной водой, используя мягкую щетку;
  
  - посол рыбы необходимо осуществлять охлажденной до 5°С льдосолевой смесью или в охлажденном до 7°С помещении, концентрация соли в растворе должна быть не меньше 16% с выдержкой рыбы в таком растворе 6-7 дней;

- при солении, мариновании, грибов нельзя закупоривать их герметически. Грибы, заготовленные впрок, даже с негерметичной укупоркой, перед употреблением необходимо подвергнуть вторичной термической обработке не менее 15 минут с момента закипания и употреблять их в этот же день.

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 может и жизнь!