**Арбузинське міжрайонне управління Головного управління Держпродспоживслужби в Миколаївській області інформує**

**Ботулізм – це вкрай небезпечно!**

Ботулізм – інфекційне захворювання, що відноситься до харчових отруєнь. Мікроби, що викликають ботулізм, - суворі анаероби, живуть без доступу кисню; найхарактерніша і підступніша їх властивість - здатність виробляти в анаеробних умовах токсини - отрута великої сили. Токсини виробляються при зростанні і розмноженні мікробів ботулізму в різних консервованих продуктах: рибі, шинці, а також в організмі людини і тварин. Захворювання виникає раптово після вживання не доброякісних продуктів: маринованих грибів і огірків, риби (в'яленої, соленої, копченої), м'ясних продуктів (шинки, ковбаси), овочевих і фруктових консервів, що готувалися в домашніх умовах і зберігалися при кімнатній температурі.

Хвороба починається гостро, через 3-24 години після прийому їжі, іноді пізніше. З'являються нездужання, загальна розбитість, сильна м'язова слабкість, незначний головний біль, погіршується апетит і сон. Потім хворий відчуває значну сухість в роті, спрагу, іноді невеликі болі в животі, нудоту. Іноді виникає блювота, яка може повторюватися в перші два дні хвороби. В цей же час спостерігається часте відвідування туалету; потім з'являються запори, що супроводжуються метеоризмом (здуття живота). Температура тіла буває нормальною, але може бути і підвищеною.

Для попередження ботулізму слід пам'ятати, що :

- зараження відбувається найчастіше при вживанні домашніх консервів або інших продуктів, заготовлених про запас при порушенні основних правил консервації. У домашніх умовах не можна робити баночні консерви (у герметично закритих банках) з м'яса, риби, грибів, деяких видів зелені (портулак, і ін.) і деяких овочів (морква, буряк). Ці продукти важко повністю відмити від дрібних частинок і спор збудників ботулізму, а режим теплової обробки в домашніх умовах - кип'ячення протягом 30 - 60 хвилин - не вбиває спори, які можуть залишитися після промивання початкових продуктів. Ці спори при зберіганні консервів проростуть і утворять сильний ботулінічний токсин;

- не можна купувати на ринку і споживати домашні консерви, гриби, солену, копчену і в'ялену рибу, приготовлену приватними особами в домашніх умовах, оскільки вони зазвичай не дотримують правил консервації риби . В'ялення і копчення в домашніх умовах не знищує спори збудників ботулізму, а, навпаки, сприяє їх проростанню і утворенню ботулінічного токсину.

- не повинна допускатися консервація грибів в герметично закритих банках в домашніх умовах. Жодна рекомендація (у книгах по домашній консервації) відносно грибів, не гарантує від розвитку в них ботулінічних мікробів.

Діти особливо чутливі до ботулінічного токсину, слід бути дуже уважним, готуючи їм страви. Не можна давати дітям консервовані в домашніх умовах харчові продукти, не проварені перед вживанням. Особливо гриби, консерви з морквою, перцем, соки з моркви і томатів, що довго зберігалися. Щоб попередити ботулізм та запобігти кишковим захворюванням і харчовим отруєнням, особливо у дітей, слід вживати свіже приготовані або добре проварені, термічно оброблені продукти.

**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.