

Пищевые угрозы. Пищевые отравления



Пищевые отравления – острые заболевания, возникающие в результате употребления пищи, значительно обсемененной болезнетворными видами микроорганизмов или содержащей токсичные для организма вещества микробной и немикробной природы.

Инфекционные микроорганизмы или их токсины могут загрязнять пищу в любой момент переработки или производства, в случае нарушений санитарных норм и правил. Загрязнение может также произойти дома, если пища неправильно обработана, приготовлена или неправильно хранилась.

Причиной развития пищевых отравлений часто становится нарушение правил личной гигиены.

Какие бывают пищевые отравления?

Выделяют 3 группы пищевых отравлений:

- Микробные (вызванные бактериями, их токсинами, грибами)

Пищевые отравления микробной природы

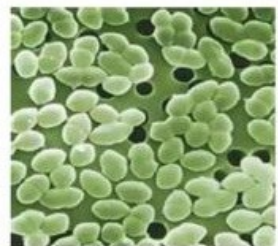
1) Пищевые токсикоинфекции (*Proteus vulgaris*, *B. cereus*, *C. perfringens*, *S. faecalis*, *P. mirabilis*; бактерии родов *Hafnia*, *Klebsiella*, *Pseudomonas*, *Vibrio* (parahaemolyticus))

2) Пищевые интоксикации

- Ботулизм (*Cl. botulinum*);
- Стафилококковый токсикоз (*St. aureus*).

3) Пищевые микотоксикозы

- Фузариотоксикозы (грибы рода *Fusarium*);
- Эрготизм (гриб *Claviceps purpurea*);
- Афлатоксикоз (гриб *Aspergillus flavus*).



- Немикробные (ядовитыми грибами и растениями, ядовитыми продуктами животного происхождения, химическими соединениями)

Пищевые отравления немикробной природы

1) Отравления продуктами, ядовитыми по своей природе:

- грибы (строчки, бледная поганка, мухомор);
- растения, содержащие атропин (болиголов, белена, красавка);
- прочие дикорастущие (багульник, жабрей, волчья ягода)

2) Отравления продуктами, ядовитыми при определенных условиях:

- проросший на свету картофель (соланин);
- бобы сырой фасоли (фазин);
- ядра косточковых плодов (амигдалин).

3) Отравления примесями к пищевым продуктам:

- соли тяжелых металлов (медь, цинка, свинца), мышьяк;
- ядохимикаты (пестициды);
- удобрения (нитраты);
- пищевые добавки в концентрациях выше ПДК (нитриты).

- неустановленной этиологии (связь с питанием доказана, но что конкретно вызвало отравление - неизвестно).

ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ НЕ УСТАНОВЛЕННОЙ ЭТИОЛОГИИ



1. Гаффская болезнь

(Юксовская, Сартландская) – алиментарная пароксизмально-токсическая миоглобинурия

2. Уровская болезнь

(Болезнь Кашина-Бека, Стронциевый рахит). Эндемическое заболевание, возникает у детей и подростков в период активного роста. Нарушение костеобразования, задержка роста костей бедра и голени, укорочение конечностей и деформация скелета.

Причинами пищевых отравлений могут быть химические соединения, накопившиеся в продукте в результате неблагоприятной экологической ситуации, нарушения технологии производства.

Любые пищевые отравления всегда связаны с употреблением пищи.

Основные признаки пищевых отравлений микробной этиологии:

1. Четкая связь с фактором приема пищи – всегда имеется «виновный» продукт
2. Почти одновременное заболевание всех потреблявших одну и ту же пищу («виновный» продукт)
3. Массовый характер заболевания
4. Территориальная ограниченность заболеваний;
5. Прекращение заболеваемости при изъятии из оборота «виновного» продукта;
6. Отсутствие заболеваний среди окружающих, не употреблявших «виновный» продукт

Особенность пищевого отравления заключается в его быстром развитии. Первые симптомы проявляются уже через несколько часов, а иногда и в течение 30–40 минут, это время называется инкубационным периодом.



К основным признакам пищевого отравления относятся:

- рвота и тошнота;
- диарея;
- боли в животе и спазмы;
- ощущение лихорадки: озноб, слабость и ломота в теле;
- усталость, вялость;
- снижение артериального давления.

При тяжелом отравлении также наблюдаются:

- головокружение;
- потеря сознания;
- бледность кожи;
- боль в мышцах и суставах;
- повышение температуры (37–40 °C).

Чаще всего пищевое отравление проходит в легкой форме и не требует серьезного лечения.

Но некоторым людям медицинская помощь потребуется. В первую очередь это дети младшего возраста (до 5 лет), люди старшего возраста, а также люди с ослабленной иммунной системой.

Что можете сделать Вы, чтобы снизить риск отравления?

Чтобы минимизировать риск пищевого отравления, необходимо придерживаться простых правил

- Кухонную посуду, плиту, поверхность разделочных и обеденных столов, раковины, кухонный инвентарь содержать в чистоте, при мытье использовать моющие средства.

- Для разделки свежих и уже готовых продуктов использовать отдельные или специальные ножи и разделочные доски. Ограничивать как можно больше контакт пищи и рук.
- Продукты употреблять только свежие, не хранить их в открытом виде, защищать от насекомых и грызунов.
- Замороженное мясо, птицу и рыбу не оттаивать в воде.
- Сырые яйца перед использованием промывать под проточной водой с моющими средствами, на предприятиях общественного питания – подвергать обработке растворами дезинфицирующих средств, разрешенных в установленном порядке в соответствии с инструкциями по их применению.
- Фрукты и овощи, зелень перед использованием замачивать в воде, подкисленной уксусом (можно яблочным, 3-4 столовые ложки на 1 литр воды), а затем промывать под проточной водой.
- Покупая скоропортящиеся продукты питания в торговой сети обращать внимание на конечные сроки реализации и дату изготовления продукта, которые должны быть указаны на самой упаковке продукта или в сопроводительных документах на продукты.
- Не покупать рыбу, мясо, птицу, молоко и молочные продукты, яйца на открытых рынках, где не соблюдаются правила хранения (отсутствие холодильников, маркировки, специальной посуды и т.д.).
- Не покупать продукты (овощи, грибы, консервы и т.д.) у незнакомых людей в местах стихийной торговли.
- Разогретую пищу употреблять не позже двух часов, позднее подвергать повторной термической обработке.
- Мясо, птицу, рыбу и грибы подвергать тщательной термической обработке. Употребление таких продуктов в сыром и полусыром виде может быть опасным.
- Не употреблять кремовые кулинарные изделия (торты с кремами, пирожные) позже указанного конечного срока реализации.
- Не употреблять в пищу консервы со вздувшейся крышкой, продукты с поврежденной упаковкой и т.д.
- Грибы, растущие вблизи дорог и промышленных предприятий, не собирать и не употреблять в пищу.
- Не хранить на одной полке в холодильнике сырые продукты и уже приготовленные блюда, особенно в открытой посуде. Контейнеры для хранения готовых продуктов тщательно герметично закрывать.
- Ежедневно соблюдать правила личной гигиены и мыть руки после посещения общественных мест и туалета.
- Мусорное ведро обрабатывать моющими и дезинфицирующими средствами, закрывать его крышкой, чаще освобождать от мусора.



ПРОФИЛАКТИКА ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

С продуктами питания могут передаваться возбудители сальмонеллезов, кампилобактериозов, иерсиниозов, дизентерии, норовирусной и ротавирусной инфекций, вирусного гепатита А и других болезней

⚠ ПРИЧИНЫ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ И ИНФЕКЦИОННЫХ БОЛЕЗНЕЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ С ПИЩЕЙ

- Нарушения технологии приготовления блюд
- Неправильное хранение блюд
- Нарушение правил личной гигиены



⚠ НАИБОЛЕЕ ОПАСНЫЕ ПРОДУКТЫ

- Многокомпонентные салаты, заправленные майонезом или сметаной
- Кондитерские изделия с кремом
- Шаурма
- Изделия из рубленного мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др.
- Плохо промытые фрукты и овощи

КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ



Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru

В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ – НЕМЕДЛЕННО ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ

В каком случае необходимо обратиться к врачу?

- частые эпизоды рвоты;
- рвота или стул с кровью;
- продолжительность диареи более 3 суток;
- нестерпимая боль в животе;
- температура более 38°C длительное время;
- признаки обезвоживания - чрезмерная жажда, сухость во рту, редкое мочеиспускание или его отсутствие, сильная слабость, головокружение;
- неврологические симптомы, такие как нарушение зрения, мышечная слабость и покалывание в руках.

Безопасность питания зависит от каждого из нас!

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Челябинской области»