



# ОТРАВЛЕНИЕ РЫБОЙ

---

# ПИЩЕВОЕ ОТРАВЛЕНИЕ РЫБОЙ

---

РЫБА ОТНОСИТСЯ К ОСНОВНЫМ ПИЩЕВЫМ ПРОДУКТАМ И ЗАНИМАЕТ В ПИТАНИИ НАСЕЛЕНИЯ ЗЕМНОГО ШАРА ВСЕ БОЛЬШИЙ УДЕЛЬНЫЙ ВЕС. ЭТОМУ СПОСОБСТВУЕТ И ТО ОБСТОЯТЕЛЬСТВО, ЧТО МЯСО РЫБ ПО СВОЕМУ ХИМИЧЕСКОМУ СОСТАВУ И УСВОЯЕМОСТИ СТОИТ БЛИЗКО К МЯСУ ТЕПЛОКРОВНЫХ ЖИВОТНЫХ, А В НЕКОТОРЫХ ОТНОШЕНИЯХ ПРЕВОСХОДИТ ЕГО.

---

# РЫБА



БЕЛКИ РЫБЫ ИМЕЮТ ХОРОШО СБАЛАНСИРОВАННОЕ СООТНОШЕНИЕ ВСЕХ НЕЗАМЕНИМЫХ АМИНОКИСЛОТ, ОБЛАДАЮТ ЛИПОТРОПНЫМИ СВОЙСТВАМИ БЛАГОДАРЯ ВЫСОКОМУ СОДЕРЖАНИЮ МЕТИОНИНА И СПОСОБСТВУЮТ ПРОЦЕССАМ РОСТА РЕБЕНКА БЛАГОДАРЯ ЗНАЧИТЕЛЬНОМУ КОЛИЧЕСТВУ ЛИЗИНА И АРГИНА. ОПРЕДЕЛЕННЫМИ ПРЕИМУЩЕСТВАМИ ОТЛИЧАЕТСЯ И РЫБИЙ ЖИР, В СОСТАВЕ КОТОРОГО МОЖЕТ НАХОДИТЬСЯ ДО 40% ПОЛИНЕНАСЫЩЕННОЙ АРАХИДИНОВОЙ ЖИРНОЙ КИСЛОТЫ.

---

# РЫБА

ПРИ САНИТАРНОЙ  
ОЦЕНКЕ РЫБЫ СЛЕДУЕТ  
ИМЕТЬ В ВИДУ  
ВОЗМОЖНОСТЬ  
ЧРЕЗВЫЧАЙНО БЫСТРОГО  
РАЗМНОЖЕНИЯ В НЕЙ  
БАКТЕРИАЛЬНОЙ ФЛОРЫ,  
ПРИЧЕМ БЕЗУСЛОВНЫМ  
ПРИЗНАКОМ ЕЕ  
НЕПРИГОДНОСТИ  
СЛУЖИТ НАЛИЧИЕ  
ГНИЛОСТНЫХ  
ПРОЦЕССОВ В  
МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ.

---



РЫБА МОЖЕТ БЫТЬ ПРИЧИНОЙ ВОЗНИКНОВЕНИЯ НЕКОТОРЫХ ГЕЛЬМИНТОЗОВ, В ОСОБЕННОСТИ ДИФИЛЛОБОТРИОЗА И ОПИСТОРХОЗА. ПЕРВЫЙ ВЫЗЫВАЕТСЯ РАЗВИТИЕМ В КИШЕЧНИКЕ ЧЕЛОВЕКА ПЛОСКОГО ГЛИСТА (*DIPHYLLOBOTRIUM LATUM*), ДОСТИГАЮЩЕГО ДЛИНЫ 10 М И БОЛЕЕ. ЭТА ПОЛОВОЗРЕЛАЯ ФОРМА ГЕЛЬМИНТА ШИРОКОГО ЛЕНТЕЦА НЕРЕДКО ОБУСЛОВЛИВАЕТ ВОЗНИКНОВЕНИЕ ТЯЖЕЛОЙ АНЕМИИ.



# СИМПТОМЫ ОТРАВЛЕНИЯ



боли и колики  
в животе



повышение  
температуры



тошнота,  
рвота



частый жидкий  
стул



пересыхание рта  
и горла

# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Вызвать врача



Очистить желудок



В некоторых случаях  
сделать клизму



попить щелочную  
воду без газ

---

# ОСЛОЖНЕНИЯ

— ОБЕЗВОЖИВАНИЕ  
(СУХОСТЬ ГУБ И ЯЗЫКА,  
КОЖУ МОЖНО СОБРАТЬ В  
СКЛАДКИ, КОТОРЫЕ ЗАТЕМ  
МЕДЛЕННО РАСПРАВЛЯЮТСЯ,  
ВПАЛЫЕ ГЛАЗА, ЖАЖДА,  
УЧАЩЁННОЕ ДЫХАНИЕ И  
СЛАБОЕ МОЧЕИСПУСКАНИЕ),  
— ПАРАЛИЧ РЕСПИРАТОРНЫХ  
ПУТЕЙ ПРИ БОТУЛИЗМЕ,  
— В РЕДКИХ СЛУЧАЯХ  
ВСЛЕДСТВИЕ БОТУЛИЗМА  
ВОЗМОЖЕН СМЕРТЕЛЬНЫЙ  
ИСХОД.





---

# ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

---

- тщательно мойте руки с мылом, перед тем как готовить пищу и сразу после того, как подержали в руках сырое мясо или птицу,
- тщательно мойте овощи и фрукты,
- мойте доски и приборы для резки сырого мяса перед тем, как использовать их для других продуктов,
- полностью оттаивайте замороженную птицу перед готовкой. Если это возможно, оттаивайте её в холодильнике, холод предотвратит размножение бактерий,
- хорошо прожаривайте мясные и рыбные продукты,
- не кладите мясо и птицу в одну тарелку с рыбой и храните их отдельно до приготовления,
- накрывайте еду, чтобы защитить её от тараканов, мух и крыс,
- будьте осторожны, питаясь в салат-барах, буфетах и кафе,
- недоеденную пищу храните в холодильнике, а продукты для пикников в переносных холодильных камерах,
- храните отдельно сырую и готовую пищу.

Бактерии быстро размножаются при температуре от 4,4 до 60 градусов Цельсия. Недопустимо хранение пищи в этом температурном интервале, придерживайтесь следующих правил:

- храните пищу в холодильнике,
  - готовьте и подогревайте пищу при температуре не ниже 60 градусов Цельсия.
-

---

«Одно и то же блюдо никогда не бывает одно и то же».

— *Ален Лобро*

---