

# Первая помощь при пищевом отравлении



# Виды пищевых отравлений

- дизентерия,
- сальмонеллезы,
- паратиф и брюшной тиф,
- стрептококковые и стафилококковые пищевые инфекции
- холера.
- ботулизм

# СИМПТОМЫ

- схваткообразные боли,
- урчание и вздутие в животе наступает через 1-2 часа после попадания в желудок микробов и их токсинов.
- Может наступить (но необязательно) понос и рвота.
- головная боль,
- озноб,
- ломота в мышцах
- повышенная температура тела.

# Первая помощь при пищевом отравлении

- При подозрении на ботулизм до приезда скорой нужно сделать промывание желудка слабым содовым или марганцевочным раствором, пить активированный уголь и обильное горячее питье (молоко, чай).
- При обычных пищевых отравлениях следует также промывать желудок до появления чистой воды раствором марганцовки розового цвета с применением искусственной рвоты – выпить 1,5-2 литра марганцовки с последующим раздражением корня языка. Принять слабительное (30 мл касторки), или дать солевое слабительное (30 г сульфата магния или натрия в 400 мл воды), а также обильное щелочное питье при поносе для компенсации обезвоживания, активированный уголь.
- После промывания желудка можно приложить к ногам грелку и выпить горячий чай. Показан при пищевых отравлениях прием сульфаниламидов (фталазол, сульгин и другие) или же антибиотиков (левомицитин и другие).

# Предупреждение пищевых отравлений

- 1. Перед приготовлением пищи всегда мойте руки. Посуду мойте горячей мыльной водой, после приготовления в ней рыбы или мяса.
- 2. Не размораживайте мясо при комнатной температуре. Делайте это постепенно в холодильнике и сразу готовите. Можно разморозить быстро – в микроволновой печи.
- 3. Избегайте сырого мяса, рыбы, яиц и сырых маринованных продуктов. Такие продукты готовьте тщательно.
- 4. Продукты, которые выглядят испорченными, неприятно пахнут, а также продукты из вздутых банок не ешьте.
- 5. Никогда не употребляйте в пищу молочных продуктов или готового мяса, которые находились более двух часов вне холодильника.

