Профилактика пищевых отравлений

Определение:

- Пищевыми отравлениями называют острые заболевания, возникающие от употребления пищи, содержащей ядовитые для организма вещества микробной и немикробной природы. В отличие от кишечных инфекций пищевые отравления длятся несколько дней, но в отдельных случаях они принимают очень тяжелый характер и могут закончиться смертельным исходом.

- Большинство отравлений имеют сходные симптомы болезни: боли в животе, тошнота, рвота, повышенная температура, понос, головокружение. Таким больным необходимо срочно вызвать врача и оказать первую медицинскую помощь в освобождении организма от ядов. Больному следует промыть желудок 3 — 5 стаканами чистой воды или слабым раствором марганцовокислого калия, или раствором соды и вызвать искусственную рвоту.

- **Ботулизм** — отравление пищей, содержащей сильнодействующий яд микроба — ботулинуса. Отравление возникает в течение суток после приема зараженной пищи. Основными признаками заболевания являются двоение в глазах, ослабление ясности зрения (ощущение тумана, сетки перед глазами), головная боль, неустойчивая походка. Затем могут наступить потеря голоса, паралич век, непроизвольное движение глазных яблок, напряжение жевательных мышц, паралич мягкого неба, нарушение глотания. Без своевременно начатого лечения может наступить смерть от расстройства дыхания. При отсутствии лечения специальной сывороткой смертельные исходы заболевания достигают 70% .

Развитие ботулинуса сопровождается образованием углекислого газа и водорода, о чем могут свидетельствовать вздутые крышки консервных банок (бомбаж). Токсин образуется в глубоких слоях продукта, в основном не изменяя его качества, отмечается лишь легкий запах прогорклого масла.

В основном ботулизм вызывается различными баночными консервами, особенно домашнего приготовления, из-за недостаточной стерилизации их;

Для предупреждения ботулизма на предприятиях общественного питания необходимо:

1. Проверять все баночные консервы на бомбаж и хранить их в холодильном шкафу; в домашних условиях не допускать приготовления баночных консервов из грибов, так как они обсеменены спорами ботулинуса.
2. Принимать свежую осетровую рыбу только в мороженом виде; ускоренно вести процесс ее обработки.
3. Хранить ветчину, окорока, колбасы при температуре 2—6 °С, строго соблюдать сроки реализации.
4. Соблюдать правила санитарного режима и тщательной тепловой обработки в процессе приготовления пищи.
5. Соблюдать условия, сроки хранения и реализации готовой пищи.

Стафилококковое отравление

- Представляет собой острое заболевание, возникающее в результате употребления пищи, содержащей токсин стафилококка. Заболевание возникает спустя 2— 4 ч после приема зараженной ядом пищи, сопровождается режущими болями в животе, многократной обильной рвотой, общей слабостью, головной болью, головокружением при нормальной температуре тела. Длится отравление 1— 3 дня. Смертельных случаев не бывает. Возбудитель отравления — золотистый стафилококк, источником которого являются гнойные раны.

Основные продукты и причины, вызывающие стафилококковое отравление, следующие:

- молоко и молочные продукты (творог, простокваша, кефир, сырки и т . д .) , зараженные микробами через гнойники на вымени коров или руках доярок;
- кремовые кондитерские изделия и любая готовая пища, обсемененные стафилококком больными (гнойничковыми заболеваниями кожи или ангиной) кондитерами или поварами;
- рыбные консервы в масле, загрязненные микробами в процессе приготовления.

Для предупреждения стафилококкового отравления необходимо:

- 1. Систематически проверять поваров и кондитеров на наличие гнойничковых заболеваний кожи, ангины и воспаления верхних дыхательных путей.
- 2. Строго соблюдать температурный режим тепловой обработки всех блюд и изделий.
- 3. Хранить готовую пищу не более установленного срока при температуре 2— 6 °С или в горячем виде не ниже 65 °С.

- 4. Обязательно кипятить молоко, использовать непастеризованный творог для блюд, подвергаемых тепловой обработке, а простоквашу-самоквас — только в тесто; кисломолочные продукты (кефир, ряженка, простокваша, ацидофилин) наливать в стаканы из бутылок, не переливая в котлы.
- 5. Хранить кондитерские изделия с кремом при температуре +2 —+ 6 ° С , соблюдать сроки их реализации — не более 36 ч с масляным кремом и не более 6 ч с заварным кремом (в летнее время не готовить).
- 6. Хранить рыбные консервы в масле при температуре не выше +4 °С.

Профилактика пищевых отравлений немикробной природы

Пищевые отравления могут быть вызваны не только микроорганизмами, но и несъедобными растительными и животными продуктами, ядовитыми грибами растениями, пищевыми продуктами, ставшими при определенных условиях временно ядовитыми (проросший или позеленевший картофель, икра некоторых рыб во время нереста), пищевыми продуктами, содержащими ядовитые вещества (соли тяжелых металлов, запрещенные красители и ароматизаторы, остаточное количество нитратов, пестицидов).

Профилактика пищевых отравлений немикробной природы обеспечивается соблюдением следующих правил безопасности:

- Отказ от неизвестных грибов, а также поврежденных, червивых, увядших и старых. При покупке шампиньонов будьте особенно внимательны, так как эти грибы похожи на бледную поганку. Обычно их различают по окраске пластинок и нижней части шляпки: у шампиньонов она розовая, у бледной поганки — белая, иногда с зеленоватым оттенком
- Солить и мариновать грибы лучше одного вида и после тщательной обработки
- Использовать в пищу сушеные грибы без плесени, неповрежденные

- Не употреблять в пищу позеленевший картофель, проросший — хорошо очищать
- Не есть горький миндаль, ядра косточек абрикосов, персиков, слив, содержащие амигдалин, при расщеплении которого в желудке человека выделяется синильная кислота
- Консервы в металлической таре хранить не более двух лет; не покупать консервированные продукты в мятой банке, без этикетки. После вскрытия банки продукты сразу положить в неокисляющуюся посуду
- Использовать экологически чистые продукты, проверенные на безопасность.

- Не использовать икру и молоки налима, щуки, окуня и скумбрии, печень линя, выловленных во время нереста, потому что в этот период они ядовиты
- Не хранить готовую пищу, особенно содержащую кислоты (квашеную капусту, кисломолочные продукты), в глиняной посуде кустарного производства, покрытой глазурью, оцинкованной или поврежденной эмалированной, а также медной
- Не употреблять в пищу позеленевший картофель, проросший — хорошо очищать
- Не есть горький миндаль, ядра косточек абрикосов, персиков, слив, содержащие амигдалин, при расщеплении которого в желудке человека выделяется синильная кислота