**Профилактика ботулизма**

**Ботулизм –** тяжелое пищевое отравление, поражающее центральную нервную систему, которое может закончиться смертельным исходом.

Возникает ботулизм при употреблении в пищу продуктов, **содержащих токсины ботулиновой палочки.** Споры этого микроорганизма содержатся в почве и могут загрязнить вместе с землей пищевые продукты. Споры при хранении продуктов при комнатной температуре и недостаточной термической обработке продуктов прорастают. А в отсутствии кислорода в продуктах накапливается ботулинического токсина, выделяемый микроорганизмом.

**Отравление ботулизмом через рыбу происходит только при употреблении соленой вяленой рыбой домашнего приготовления, чаще непотрошеной.** В отварной или жареной рыбе при термической обработке токсин разрушается. Соленые рыбопродукты употребляются без тепловой обработки. В кишечнике живой рыбы палочка ботулизма обнаруживается редко, а в «уснувшей» - часто. В «уснувшей» рыбе быстро идет образование токсина. Если в рыбе до просаливания образовался токсин, то он не уничтожается под влиянием даже высоких концентраций соли. Если концентрация соли достигает 8-9%, образование токсина в рыбе становится невозможным, при условии, что он там не образовался до посола.

**Ботулинический токсин накапливается в пищевом продукте гнёздно, не изменяя вкус, запах и цвет продуктов, в консервах возможно развитие бомбажа (вздутие банок). В связи с этим часть употребивших такой продукт людей может заболеть, а часть – нет.**

**Ботулотоксин не разлагается при солении, замораживании, мариновании. Кипячение разрушает токсин через 15-30 мин. Для полного обезвреживания возможно зараженных ботулиническим токсином кусков мяса или рыбы необходима варка не менее часа.**

**При ботулизме поражается нервная система. Ранние симптомы - ухудшение зрения («сетка», «туман», двоение в глазах, опущение век), сухость во рту, изменение речи, слабость. В начальном периоде может быть тошнота, рвота или запор. В дальнейшем речь становится невнятной, глотание и дыхание затруднены. Смерть наступает от остановки дыхания.**

**При первых симптомах необходимо обращаться за медицинской помощью и не заниматься самолечением.**

**Профилактика заболевания:**

* рыбу после улова нужно быстро выпотрошить, промыть проточной водой и хранить в условиях холода;
* посол рыбы осуществлять в охлажденном состоянии (при температуре 50С);
* не покупать на рынках (с рук) изготовленные в домашних условиях вяленую, соленую и копченую рыбу, вяленое мясо, консервированные грибы или овощи в банках с закатанными крышками.
* овощи, фрукты, ягоды и грибы должны быть хорошо отмыты от частиц земли;
* недопустимо консервировать давно снятые, подпорченные овощи, фрукты, ягоды и грибы;
* стерилизовать банки, крышки и соблюдать режим тепловой обработки продуктов в домашних условиях;
* хранить домашние консервы при низких температурах, обязательно отбраковывать и уничтожать банки со вздутыми крышками;
* засолку, в отличии от маринования, грибов не следует производить в герметически закрытых банках, нельзя также плотно утрамбовывать в емкости засоленные грибы и добавлять сверху в эту емкость растительное масло, так как все это создает бескислородную среду и способствует накоплению ботулинического токсина.