**Ботулізм: Продукти які несуть загрозу життю людини**

 В Україні кожного року реєструється смертельно небезпечна інфекція Ботулі́зм. За даними ДУ ««Миколаївський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України» протягом минулого місяця зафіксовано 12 випадків з підозрою на ботулізм. З таким попереднім діагнозом шпиталізовані люди у Миколаєві, Полтаві, Черкащині, Львівщині, Тернопільщині та Одещині.

 Найчастіше причиною ботулізму стають продукти домашнього консервування м’яса, риби, рідше – овочів. Потенційно небезпечними є усі консервовані продукти, які були погано вимиті, неправильно/недостатньо термічно оброблені, транспортувались або зберігались неналежним чином. Навіть консерви, у яких все гаразд з терміном придатності, виглядом і смаком, можуть бути зараженими: ботулізм не можна визначити за кольором або смаком, мікроорганізм, який спричиняє хворобу, не псує продукти.

 Також ботулізм може виникнути внаслідок споживання в’яленої чи копченої риби та будь-яких виробів з м’яса (ковбаси, шинки тощо). Найчастіше причиною ботулізму стають в’ялені або копчені продукти домашнього приготування, проте реєструються і випадки хвороби після вживання продуктів вироблених у промислових умовах. Це трапляється у випадку не дотримання відповідних вимог під час заготівлі, переробки чи зберігання продукту.

Щоб запобігти виникненню захворювання потрібно дотримуватися відповідних заходів безпеки:

* Рибу перед посолом в домашніх умовах необхідно очистити від нутрощів, ретельно промити зовнішню і внутрішню поверхні.
* Гриби складно повністю звільнити від мікрочастинок ґрунту, тому не рекомендується консервувати їх в герметично закритих банках в домашніх умовах.
* При домашньому консервуванні, особливо овочів, що містять мало природної кислоти, необхідно додавати за рецептурою оцтову, лимонну кислоту, тому що збудник ботулізму не любить кисле середовище.
* Важливо добре стерилізувати банки і кришки безпосередньо перед закладкою в них продуктів.
* При консервуванні в домашніх умовах, особливо м’ясних і рибних продуктів, необхідно проводити тіндалізацію (протягом двох діб прогрівати консерви при температурі 100° С 5 хвилин для переходу спор в вегетативну форму), після чого простерилізувати консерви при температурі 1000С – не менше 40-60 хвилин з подальшим герметичним закриттям;
* При найменшому здутті кришки – причина для категоричної відмови від вживання в їжу вмісту банки.
* Також необхідно категорично виключити придбання домашніх консервів, в’яленої, копченої, солоної риби та інших продуктів харчування в місцях несанкціонованої торгівлі, у приватних осіб.
* Не готувати страви із запасом, приготовлені страви бажано вживати відразу (зберігання виготовленої страви без холоду не повинно перевищувати двох годин);
* Купуючи сушену та в’ялену рибу промислового виробництва, навіть в закладах торгівлі, звертайте увагу на її зовнішній вигляд, умови зберігання, наявність маркування із зазначенням дати виготовлення та терміну придатності.
* Вживати грибні та рибні консерви тільки промислового виготовлення, так як технологія та рецептура їх приготування розроблена з врахуванням профілактики ботулізму та з проведенням відповідного лабораторного контролю.

У разі появи симптомів захворювання (слабкість, підвищення температури тіла, нудота, біль в животі, блювання, пронос тощо) слід не займайтеся самолікуванням, а терміново звернутися до найближчої лікувальної установи.

     **Пам’ятайте: виконання цих не складних правил та порад допоможе уникнути захворювання та зберегти ваше здоров’я та здоров’я ваших близьких.**

**Будьте обережні!**