**Ботулизм: опасность и профилактика**

**Ботулизм** – крайне опасное для жизни пищевое отравление. Причиной ботулизма являются бактерии Clostridium botulinum. Они широко распространены в природе.  В почве эти бактерии живут в виде спор. Споры  длительное время сохраняются во внешней среде, устойчивы к замораживанию и высушиванию. Попадая на пищевые продукты,  споры прорастают в вегетативную форму и образуют токсин. Особенно хорошо развивается палочка Clostridium botulinum без доступа кислорода, поэтому герметически закрытые консервы являются хорошей питательной средой для ее жизнедеятельности. Образование ботулотоксина в этом случае идет очень быстро! Внешний вид и запах консервов, содержащих ботулотоксин, в большинстве случаев никак не меняются.

Заболевание передается только пищевым путем, при этом для человека опасна не сама бактерия, а токсин, который она производит.

Инкубационный период составляет от нескольких часов до 5 суток. Начало заболевания, как правило, острое. Пациенты предъявляют жалобы на боль в животе, тошноту, рвоту, нарушение стула, затем развивается метеоризм, запоры, чувство распирания в животе. На фоне этих  нарушений на первый план выходит неврологическая симптоматика, пациенты жалуются на сухость во рту, нарушение зрения, птоз (опущение века), двоение в глазах, парез мимической мускулатуры. Смерть может наступить в результате паралича дыхательной мускулатуры и остановки дыхания.

Больной человек не опасен для окружающих. Иммунитет после перенесённого заболевания не формируется, возможно  повторное заражение.

Лучшей профилактикой ботулизма является употребление консервов только промышленного приготовления.

**В домашних условиях следует соблюдать следующие правила:**

* не покупать  консервы домашнего приготовления с рук, на стихийных рынках;
* овощи, фрукты, ягоды и грибы должны быть хорошо отмыты от частиц земли;
* недопустимо консервировать давно снятые, испорченные овощи, фрукты, ягоды и грибы;
* рыбу после улова нужно быстро выпотрошить, промыть проточной водой и хранить в условиях холода;
* засолку грибов не следует производить в герметически закрытых банках; лучший метод хранения грибов – соление и сушка;
* хранить консервированные продукты необходимо только в холодильнике, несмотря на соблюдение перечисленных мер предосторожности.
* перед употреблением в пищу консервированных продуктов их лучше прокипятить в течение 20-25 минут (за это время разлагается токсин ботулизма);

Будьте осторожны! **Ботулизм** – смертельно опасное заболевание!

Источники:

<https://cgon.rospotrebnadzor.ru/dopolnitelno/infografika/botulizm/>

<https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/opasnost-domashnego-konservirovaniya/>

<https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/profilaktika-botulizma/>