

О мерах профилактики отравлений грибами.

Основные причины грибных отравлений – несоблюдение правил сбора грибов, незнание признаков съедобных, несъедобных и ядовитых грибов, неправильная кулинарная обработка и неумелое хранение заготовленных грибов. Существует несколько форм отравления грибами: желудочные расстройства, лёгкие отравления, сильные отравления без смертельного исхода и сильные отравления со смертельным исходом. Желудочные расстройства вызываются съедобными и условно съедобными грибами, если они недоброкачественны. Порчу грибов вызывает перезрелость и червивость на корню, задержка с обработкой более суток, неправильная кулинарная обработка и хранение, и, наконец, хранение солёных и маринованных грибов в алюминиевой и оцинкованной посуде. Признаки отравления недоброкачественными грибами обнаруживают быстро и сопровождаются болями в животе, тошнотой и рвотой. Выздоровление наступает в пределах нескольких часов. Лёгкое отравление в форме желудочного расстройства может быть вызвано не сильно ядовитыми грибами, например ложными опятами, и неправильно приготовленными условно съедобными грибами, например волнушками, чернушками, груздями, свинушками, валуями. Признаки отравления: тошнота, рвота, понос. Выздоровление наступает примерно через сутки.

Условно съедобные грибы – сморчки и строчки, собранные ранней весной, если их перед жарением отварили и не слили с них ядовитую воду, вызывают отравление, которое может иметь смертельный исход. Признаки отравления проявляются через 6-10 часов в виде болей в желудке, тошноты, рвоты, головной боли общей слабости. Грибы группы мухоморов вызывают отравления, которое может быть выражено в лёгкой форме, в некоторых случаях, особенно у детей, может иметь смертельный исход. Признаки отравления проявляются через полтора-два часа после того, как съедены грибы. У отравившегося появляется тошнота, частая рвота, боли в животе, потоотделение, обильное слюноотделение, слезливость, позже начинается головокружение, возникают бред и галлюцинации. Самую опасную форму отравления, часто со смертельным исходом, вызывают ядовитые грибы группы бледной поганки. В этом случае признаки отравления проявляются поздно – от 12 до 40 часов после употребления грибов в пищу в виде сильных болей в животе, поноса, рвоты, жажды судорог, слабости и потери голоса.

Многие слышали о таком опасном заболевании как ботулизм, вызываемом токсином, который вырабатывается анаэробными грамположительными бактериями рода клостридий (*Clostridium botulinum*).

В распространении ботулизма исключительно важная роль принадлежит высокой устойчивости спор. Споры могут выдерживать кипячение в течение нескольких часов. Для полного разрушения всех спор требуется нагревание при 100°C в течение 5-6 часов. Споры отличаются высокой устойчивостью к низким температурам и различным химическим агентам. Они сохраняют жизнеспособность в течение 14 месяцев в холодильных камерах при температуре минус 16°C. Споры устойчивы и в отношении обычных методов консервирования пищевых продуктов: соленья, копчения, маринования, заливания сахарным сиропом и т.п. Споры могут прорасти при концентрации соли в продукте до 6-8 %.

В консервированных продуктах без доступа воздуха бактерии вырабатывают токсин (ботулотоксин), который является сильнейшим ядом. Токсин может образовываться в любых продуктах, как животного, так и растительного происхождения.

Ботулинический токсин чрезвычайно устойчив к низким температурам; он сохраняет свою активность в течение 2 месяцев при температуре минус 79°C и в течение 14 месяцев при температуре минус 16°C. Высокая концентрация поваренной соли не разрушает токсин, но задерживает или прекращает его дальнейшее образование.

Инкубационный период заболевания в среднем составляет 12-24 часа. В начальном периоде отмечаются кратковременные явления острого гастроэнтерита (тошнота, рвота, боли в области живота, жидкий стул), затем проявляются специфические симптомы ботулизма, такие как нарушение остроты зрения, двоение в глазах, расстройства речи, нарушения глотания и жевания. Продолжительность болезни составляет в среднем 4-8 дней, смерть наступает

обычно от паралича центров дыхания и сердца. Ботулизм характеризуется высокой летальностью и нелеченые случаи в среднем дают 60-70 % летальности.

Основным и важнейшим фактором, используемым в борьбе с ботулизмом, является сравнительно невысокая устойчивость ботулотоксина к высокой температуре. Так, нагревание в жидкой среде инактивирует токсин при 80°C в течение 30 минут, при 100°C в течение 15 минут, однако следует помнить, что для инактивации токсина, находящегося в том или ином пищевом продукте, требуются более длительные сроки прогревания, так как в толще продукта могут создаваться недостаточные температурные условия.

Для предотвращения образования ботулотоксина в продуктах овощи, плоды и грибы должны быть хорошо отмыты от частиц земли, недопустимо консервировать испорченные продукты. Достаточная термическая обработка, использование высоких концентраций уксусной кислоты также помогут предупредить образование ботулотоксина в овощных, грибных, рыбных и мясных продуктах. Посуду, в которой будут храниться законсервированные продукты, следует стерилизовать при температуре 100°C не менее 30 минут.

96% причин отравлений приходится на употребление грибных консервов домашнего приготовления. Рекомендуется сушить и солить грибы в небольших емкостях, с доступом воздуха, периодически помешивая их в процессе хранения. Перед употреблением грибы рекомендуется термически обрабатывать не менее 15-20 минут.

Стоит обращать внимание и на признак недоброкачественного консервирования продукции – вздутие крышки. Наличие токсина ботулизма нельзя определить по внешнему виду продукта, так как вкус, цвет, запах не меняются.

Следует помнить, что при всяком грибном отравлении, даже лёгком, необходимо вызвать врача или отвезти пострадавшего в больницу. Остатки несъеденных грибов или хотя бы их очистки нужно оставить для исследования в лаборатории. Сохранение здоровья и жизни отравившего грибами зависит от того, как скоро будет оказана ему медицинская помощь.