Ботулизм – меры профилактики

Ботулизм – это достаточно редкое, но тяжелое заболевание. Возникает из-за наличия в продуктах питания бактерий Clostridium botulinum, которые вырабатывают ботулинические токсины. Эти токсины в 375 000 раз сильнее яда гремучей змеи. Попадая в организм, они быстро просачиваются в кровь, далее инфекция ботулизма проникает в нервную систему, блокируя ее работу. Как результат – паралич дыхательной системы, остановка дыхания и летальный исход.

*Ботулизм возникает из-за наличия бактерий Clostridium botulinum в продуктах*

Клинические признаки

Первыми признаками являются нарушение дыхания, ухудшение зрения и диспепсические расстройства. Основа ботулизма включает в себя 3 основных синдрома: гастроинтестинальный, паралитический и общеинтоксикационный.

### **Гастроинтестинальный синдром проявляется диспепсией, часто в сопровождении с сухостью во рту и жаждой:**

* краткие болевые схватки в области живота;
* вздутие живота из-за осложнения выхода газов;
* нарушение работы желудочно-кишечного тракта;
* тошнота и рвота.

Паралитические синдромы проявляются в нарушении дыхания, зрения и функции глотания.

*Ботулизм имеет ярко выраженные офтальмологические симптомы*

### **Офтальмологические симптомы:**

* затуманенность зрения, появление точек;
* проявляется нарушение реакции на свет и расширяются зрачки;
* возникает нистагм – непроизвольное движение глаз, а также диплопия (двойное зрение);
* развивается косоглазие.

### **Невралгические симптомы:**

* движение языком затрудняется;
* становится невозможной функция глотания;
* нарушение артикулярных функций.

*При ботулизме отмечается острая нехватка воздуха*

### **Проблемы с дыханием проявляются либо в короткие сроки, либо достаточно медленно, но всегда проходит тяжело:**

* появляется нехватка воздуха;
* тяжесть и боль в грудном отделе;
* судороги;
* голос становится гнусавым, появляется осиплость голоса из-за расстройства дыхания;
* поверхностное дыхание затруднено.

Важно! При нарушениях дыхания в результате заражения ботулизимом больному проводится искусственная вентиляция легких в течение 2-4 недель.

## Диагностика

### **Диагноз «ботулизм» определяется исходя из:**

* данных о том, какие пострадавший принимал в пищу консервированные продукты;
* фактов проявления характерных нарушений зрения, речи, глотания и так далее;
* данных лабораторных исследований.

При заражении на ботулизм, диагностика включает в себя дифференциальные и лабораторные данные.

### **Дифференциальная проводится с целью исключить:**

* пищевую токсикоинфекцию;
* поздние осложнения дифтерии;
* ОРЗ;
* осложнения кровообращения в мозгу.

*Ботулизм диагностируется в лабораторных условиях*

### **Лабораторная диагностика состоит из:**

* исследования рвотных масс, продуктов питания;
* определения СОЭ с целью выявить вторичную инфекцию;
* лимфопении с целью выявить возможные нарушения в процессе кроветворения;
* анализа NB для определения степени лейкоцитов.

## Рекомендации по питанию

При данном заболевании в пище должен быть большой процент белков – порядка 1.5 грамма на 1 кг веса. Также следует включить в рацион следующие продукты: каши, яйца, нежирные сорта рыбы, котлеты на пару, молочные продукты, фрукты и овощи, мед, варенье, супы (не на бульоне), зеленый чай, соки и компоты. Такие принципы питания помогут избежать неприятных проявлений заболевания.

*При лечении ботулизма важную роль играет диетическое питание*

## Ботулизм и его профилактика – простые меры, избавляющие от сложных проблем

Ботулизм – редкое заболевание, но все же вероятность заболеть вполне реальна. **Профилактика ботулизма снизит эту вероятность к минимуму.** В этом поможет:

1. Тщательное промывание и обработка всех пищевых продуктов, соблюдение технологии консервирования.
2. Не рекомендуется употреблять консервы из банок со вздувшимися крышками. Если есть малейшие подозрения – прокипятите содержимое банки минимум 30 минут.
3. Все продукты, которые не подлежат обработке температурой (сало, соления, колбаса, копченая рыба), следует сберегать при температуре ниже 10 градусов.
4. Лица, контактировавшие с больным ботулизмом, обязательно должны получить вакцину. Делается она 3 раза: первая сразу, вторая через 45 дней, третья через 60 дней после второй.
5. Лица, употреблявшие ту же пищу, что и заболевший, до 12 дней находятся под наблюдением медиков.

*Перед консервацией нужно тщательно мыть фрукты и овощи*

## Меры предосторожности и советы, как не заразиться

Меры предупреждения ботулизма довольно простые и не требуют особых навыков. Во-первых, все домашнюю консервацию желательно кипятить минимум 30 минут. При консервации же добавляйте соль и уксус, которые нивелируют действие ботулотоксина. Важно не использовать старые или с плесенью продукты. Во-вторых, смело выбрасывайте все консервы, срок годности которых истек. В-третьих – даже в свежих ягодах могут быть споры, поэтому если они забродили – выбрасывайте.

Важно! Ботулизм является не заразным заболеванием. Заболеть ним можно только съев продукт со спорами.

## Лечение ботулизма

Если меры профилактики ботулизма не помогли, то при малейших подозрениях на заболевание срочно вызывайте скорую помощь. Сыворотка оказывает положительный результат только в первые 72 часа, поэтому промедление допускать нельзя.

*При обнаружении признаков ботулизма вызывайте скорую помощь*

## Прогнозы

*При ботулизме госпитализация длится от 14 дней*

Зная, как уберечься от ботулизма и при своевременном медицинском вмешательстве, в случае заражения, прогнозы благоприятные. Если же надлежащего лечения не последует, то вероятность летального исхода составляет 30-60%. Больные, которые пошли на поправку, еще в течение 1-2 месяцев могут испытывать остаточные явления после параличей. Также могут появиться осложнения в виде сепсиса, пневмонии или миокарда.

Если в течение 14 дней отсутствуют осложнения – больного выписывают. **В случае осложнений:**

* при миокарде – нетрудоспособность минимум 10 дней, а также лечение у кардиолога с осмотром минимум раз в полгода;
* при невралгической симптоматике – нетрудоспособность длиться минимум 14 дней с дальнейшим наблюдением у невропатолога и инфекциониста.

Ботулизм – это сложное заболевание, и хотя оно довольно редкое, игнорировать его опасность не стоит ни в коем случае. При соблюдении всех мер предосторожности вы снизите до минимума риск «подхватить» эту проблему.

В случае же заболевания стоит незамедлительно обращаться за медицинской помощью, что гарантирует быстрое и без тяжелых последствий излечение. Помните, что самостоятельно себе при ботулизме поможешь вряд ли, поэтому не откладывайте вызов врача.