



ПРОФИЛАКТИКА ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ

Абдурашитова Г Я

2-Республиканский техникум общественного здоровья им. Абу Али ибн Сино

Мирзарахимова К Р

*Научный руководитель:., доцент кафедры внутренних болезней кафедры,
АФУ*

Актуальность: Пищевые отравления чаще возникают внезапно, охватывая большой контингент лиц.

Цель исследования: систематизировать и закрепить знания по пищевым отравлениям различной этиологии; обучить методике проведения профилактических мероприятий пищевых отравлений.

Введение: Пищевые отравления – это острые инфекционные заболевания, возникающие в результате употребления пищи, массивно обсемененной определенными микроорганизмами или содержащей токсичные для организма вещества микробной или немикробной природы.

Результаты и обсуждение: Выделяют 3 группы пищевых отравлений:

- микробные (вызванные бактериями, их токсинами, грибами)
- немикробные (ядовитыми грибами и растениями, ядовитыми продуктами животного происхождения, химическими соединениями)
- неустановленной этиологии (связь с питанием доказана, но что конкретно вызвало отравление - неизвестно).

К часто встречающимся пищевым отравлениям относят:

- Дизентерию (через загрязненные предметы обихода, дверные ручки, грязные руки);
- Сальмонеллез (зараженные пищевые продукты животного происхождения (в основном яиц, мяса, домашней птицы и молока);
- Эшерихиоз (употребления мяса и молочных продуктов, в которых находятся патогенные микроорганизмы.);
- Ботулизм (потребление высокоактивных нейротоксинов, ботулотоксинов, образующихся в зараженных пищевых продуктах).

Но бывают и исключения. Условно-патогенные микроорганизмы, попавшие в продукты питания, выделяют токсические вещества. Отравление организма происходит под действием ядов, уже содержащихся в пище, а также тех, что образуются в результате активности бактерий в полости кишечника. Поэтому пищевое отравление также называют пищевой токсикоинфекцией.

Отравиться продуктами питания можно, если:

- не соблюдать правила приготовления и хранения блюд;
- не мыть руки перед едой;



не защищать продукты питания от мух и других насекомых.

Срок хранения некоторых продуктов строго ограничен: даже 3-4 часа нарушения температурного режима могут привести к их порче. К ним относятся:

Торты, пирожные, кондитерские крема, бочковой квас, майонез, пицца, сыр, мясо, холодного копчения, сало, рыба.

Пищевое отравление не заразно. Один человек не может передать болезнь другому, контактируя с ним. Но если они оба будут есть один и тот же испорченный продукт, то могут заболеть одновременно.

Возбудители пищевых отравлений распределяются в продуктах питания неравномерно. Случается так, что из двух человек, пробовавших одно и то же блюдо, заболевает только один. Второй может даже не почувствовать никаких симптомов отравления.

В Большой медицинской энциклопедии отмечено, что к группе пищевых отравлений не относятся заболевания, вызванные избыточным поступлением в организм тех или иных веществ. В частности, из категории «выпадают» гипервитаминозы, намеренный прием яда, алкогольное опьянение – эти состояния требуют особого подхода к лечению. Не является пищевым отравление, произошедшее в результате ошибочного применения бытового химиката. Если симптомы развиваются после проглатывания стирального порошка или другого продукта, необходимо сообщить об этом врачу.

Признаки:

Нарушения функционирования пищеварительного тракта обычно проявляются через 2-4 часа после употребления некачественного продукта и характеризуются общей слабостью, тошнотой, многократной рвотой, жидким стулом, повышенной температурой тела, ознобом, болью в животе, учащенным пульсом, изменением цвета губ и лица. Тяжесть протекания заболевания зависит от многих факторов: возраста больного, общего состояния организма, вида патогенных бактерий.

Лечение:

Оказание помощи при пищевом отравлении начинается с устранения его причин. Пострадавшему необходимо промыть желудок, вызвав рвоту. Дальнейшие действия при пищевом отравлении направлены на то, чтобы вывести из организма остатки токсинов и устранить патологические симптомы. Дальнейшее лечение — симптоматическое. Врач подбирает лекарственные средства с учетом проявленных признаков болезни: их действие направлено не на устранение клинических проявлений пищевого отравления, а на снятие симптомов. Если работа пищеварительной системы не стабилизируется, врач назначает противорвотные и противодиарейные препараты. Чтобы нормализовать состав кишечной микрофлоры, при пищевом



отравлении часто выписывают пробиотики. На протяжении всего периода лечения и восстановления пациенту показана лечебная диета.

Профилактика:

- Организовать санитарный контроль на предприятиях общественного питания.
- Регулярная проверка сотрудников, занятых в сфере общественного питания или контактирующих с продуктами и готовыми блюдами.
- Соблюдение правил личной гигиены. Предупредить бактериальное пищевое отравление можно, если регулярно проверять срок годности продуктов — как при покупке, так и дома.
- Снизить риск пищевого отравления поможет и контроль за качеством питья. Желательно кипятить питьевую воду, не употреблять водопроводную воду, или долго стоявшую в открытой таре.

Статистика:

По данным ВОЗ, ежегодно во всём мире в результате употребления некачественных продуктов заболевают около 600 млн человек.

За последние 8 месяцев в Узбекистане зафиксировано 39 случаев групповых отравлений, из-за которых пострадало 414 человек, 86 из них – дети. При этом двое пострадавших скончались.

Вывод: Соблюдая вышеперечисленные условия, можно уберечь себя и своих близких от возможных неприятностей и болезней.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Mirzarakhimova K. R. et al. Management in stomatology //South Asian Journal of Marketing & Management Research. – 2020. – Т. 10. – №. 10
2. Атабаева Г. Я., Мирзарахимова К. Р. ОСОБЕННОСТИ РАСПРОСТРАНЁННОСТИ ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНОЙ АНЕМИИ У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА //International Conference on Medical Science, Medicine and Public Health. – 2025. – С. 12-13.
3. Mirzarakhimova K. R. et al. Distribution of Congenital Anomals in Children, Risk Factors //International journal of health sciences. – Т. 6. – №. S1. – С. 361-372.
4. Rakhmanov, T. O., Nurmatova, K. C., Abdukadirov, K. J., Mirzarakhimova, K. R., & Mardonov, O. D. (2022). Innovative factors of raising youth morality in the republic of uzbekistan. In Interdiscipline innovation and scientific research conference (Vol. 1, No. 3, pp. 55-57).
5. Машарипова Р. Ю., Тангиров А. Л., Мирзарахимова К. Р. Пути повышения эффективности решения социальных проблем детей с ограниченными возможностями в условиях первичного медико-санитарной помощи //Scientific approach to the modern education system. – 2022. – Т. 1. – №. 10. – С. 124-127.