



KOMUNIKAT Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Żywcu

Do dnia dzisiejszego nie stwierdzano zatruć pokarmowych w zakładach zbiorowego żywienia na naszym terenie.

Do wystąpienia choroby dochodzi przez spożycie zakażonej żywności lub wody (wg definicji WHO są to choroby szerzące się przez żywność i wodę). Zakażne zatrucia pokarmowe mogą być spowodowane przez bakterie, wirusy, grzyby, pierwotniaki.

W ciepłej porze roku bakterie rozwijają się szybciej i zakażają różne produkty spożywcze - np. jaja, mięso, mleko itp. W związku z tym, latem zdarza się więcej zaburzeń przewodu pokarmowego związanych ze spożyciem pokarmów zawierających substancje szkodliwe dla zdrowia.

W naszym kraju bakterie Salmonella są odpowiedzialne za większość zatruć pokarmowych. Najczęstszym nośnikiem żywnościowym pałeczek są produkty zawierające surowe jaja (majonezy, kremy, lody, zupy dla niemowląt i in.) oraz rozdrobnione przetwory mięsne: tatar, pasty rybne, galaretki, pasztety, pierogi. Ponadto żywność może ulec wtórnemu zakażeniu poprzez kontakt z nosicielem pałeczek salmonella (brudne ręce).

Objawy zatrucia pokarmowego - występują po kilku do kilkunastu 6-72 godzinach od spożycia zanieczyszczonego pokarmu. Choroba manifestuje się biegunką, bólami brzucha, mdłościami i wymiotami. Zaburzeniom pokarmowym może towarzyszyć gorączka, ogólne złe samopoczucie. W przypadku stwierdzenia zakażenia salmonellą (dodatni wynik posiewu kału) -po przebyciu choroby pałeczki mogą być wydalone z kałem przez kilka tygodni lub miesięcy- jest to tzw. nosicielstwo pałeczek salmonella. Nosiciel może zakażać osoby z otoczenia a także żywność którą przygotowuje. Dlatego osoba taka musi być odsunięta od pracy przy żywności.

Profilaktyka zakaźnych zatruć pokarmowych:

- mycie rąk po wyjściu z ubikacji i przed przygotowywaniem i spożywaniem posiłków,
- utrzymywanie w czystości naczyń, sprzętów kuchennych i samej kuchni (ulubionym siedliskiem bakterii są wilgotne gąbki i zmywaki),
- przechowywanie żywności w niskiej temperaturze,
- zapobieganie rozmrażaniu i ponownemu zamrażaniu żywności,
- wydzielenie mięsa w lodówce na surowy drób, mięso i jaja tak, aby nie stykały się z innymi produktami,
- całkowite rozmrażanie drobiu, mięsa, ryb i ich przetworów przed przystąpieniem do smażenia, pieczenia, gotowania,
- poddawanie żywności działaniu wysokiej temperatury (gotowanie, pieczenie, duszenie), które jest najłatwiejszym sposobem niszczenia zarazka (smażenie jest mniej skuteczne),
- mycie jaj przed rozbiciem skorupki,
- parzenie we wrzątku przez 10 sekund jaj używanych do wyrobu potraw i deserów nie poddawanych działaniu wysokiej temperatury,
- unikanie lodów i ciastek pochodzących od nieznanych wytwórców i przygodnych sprzedawców



W razie wystąpienia objawów chorobowych należy natychmiast zgłosić się do lekarza.

UWAGA NA GRZYBY !

Lato i jesień to pory roku w których tysiące grzybiarzy wybierają się do lasów w poszukiwaniu grzybów. Zbieranie grzybów w naszym kraju było i jest bardzo popularne, a spożywanie ich jest tradycyjnym zwyczajem żywieniowym polskiego społeczeństwa.

Grzyby są chętnie spożywane przez ludzi ze względu na walory smakowe i zapachowe. Pobyt w lesie jest także formą aktywnego wypoczynku. Wśród spotykanych grzybów w lesie występują grzyby trujące, jadalne i niejadalne. Mimo, że wielu z grzybiarzy uważa się za doskonałych znawców co roku setki z nich pada ofiarami grzybów trujących.

Zatrucia grzybami należą do zakaźnych zatruc przewodu pokarmowego, takich jak dury, czerwotka i innych, nie zalicza się do zatruc pokarmowych. Pewne objawy chorobowe, np. podwyższona temperatura, wymioty i biegunki są wspólne dla zatruc i chorób zakaźnych, natomiast inne są zdecydowanie różne (przede wszystkim sposób szerzenia się i okres trwania choroby).

Ze względu na przyczynę chorób grzyby trujące należy zaliczyć do czynników etiologicznych powodujących zatrucia pokarmowe. Jednak ze względu na powszechnie przyjętą terminologię, jak również trudne rozgraniczenie schorzeń spowodowanych spożyciem grzybów zawierających substancje toksyczne, czyli otruc, od schorzeń spowodowanych spożyciem grzybów zawierających bakterie chorobotwórcze, czyli zatruc, w dalszym ciągu będziemy używać pojęcia "zatrucia pokarmowe grzybami".

Zatrucia grzybami stanowią niewielki procent ogólnej liczby zatruc pokarmowych, lecz wysoki wskaźnik zapadalności i zgonów świadczą o niebezpieczeństwie, jakie przedstawiają grzyby trujące.

Istnieją różne metody klasyfikacji zatruc grzybami, lecz wszystkie za podstawę przyjmują ośrodek działania substancji toksycznych w organizmie ludzkim oraz okres utajenia, czyli czas, który upływa od spożycia grzybów do wystąpienia pierwszych objawów chorobowych. Zatrucia z krótkim okresem utajenia (od 15 minut do 2 godzin) są na ogół mniej niebezpieczne dla życia od zatruc z długim okresem (powyżej 5 godzin lub nawet kilka dni), w których śmiertelność jest bardzo wysoka.

Wyróżnia się trzy zasadnicze typy zatruc pokarmowych grzybami: cytotropowe, neurotropowe i gastryczne.

Liczne przypadki zatruc pokarmowych grzybami wskazują na konieczność wzmożenia działalności oświatowej oraz sprawnego opracowywania zgłoszonych zatruc przez służbę sanitarną dlatego apelujemy; że **w każdym przypadku jeżeli po spożyciu grzybów poczujesz się źle niezwłocznie należy udać się do lekarza.**

Duża śmiertelność występująca w zatruciach z długim okresem utajenia stwarza dodatkowe trudności w uratowaniu chorego.

Dlatego pierwszą czynnością jest niezwłoczne przewiezienie chorego do szpitala.

W każdym zatruciu pokarmowym, a grzybami w szczególności, zabezpieczenie materiałów od chorych (wymioty, kał, mocz) oraz resztek pokarmowych jest sprawą zasadniczą ze względu na



konieczność szybkiej identyfikacji grzyba, co w konsekwencji umożliwia właściwą diagnozę i leczenie.

Opracowanie materiałów od chorych oraz analizę diagnostyczną resztek pokarmowych niezbędną dla określenia przynależności gatunkowej spożytych grzybów przeprowadzają stacje sanitarno-epidemiologiczne.

Trzeba pamiętać, że chorzy z powodu zatrucia grzybami to prawie wyłącznie ofiary nieświadomości, a nawet lekkomyślności. Dlatego pierwszym przykazaniem profilaktyki zatruc pokarmowych grzybami jest dokładna znajomość gatunków jadalnych i podobnych do nich gatunków trujących.

Wszelkie poglądy propagowane przez niektóre wydawnictwa z zakresu kulinarnego na temat możliwości rozpoznawania gatunków trujących "za pomocą srebrnej łyżki lub cebuli" są z gruntu fałszywe, gdyż np. najbardziej niebezpieczny i śmiertelnie trujący muchomor sromotnikowy jest prawie bez smaku i zapachu i na "łyżkę" nie reaguje. Dlatego grzybów nieznanych lub niepewnych nie wolno zbierać.

Kilka rad dla zbieraczy grzybów:

- Zbierać grzyby do przewiewnego koszyka lub łubianek, nigdy do plastikowych worków, gdzie ulegają zaparzeniu
- Zbierać tylko zdrowe, dojrzałe okazy
- Przed włożeniem do koszyka dokładnie oczyścić i obejrzeć
- Grzyb, który budzi nasze wątpliwości pozostawić w lesie
- Zbierać grzyby w towarzystwie doświadczonego grzybiarza / ale jego pewnoś traktować z dużą dozą nieufności /
- Kupować grzyby tylko od osób, które legitymują się zaświadczeniem o jakości grzybów od grzybiarza lub klasyfikatora grzybów.
- Kupować grzyby tylko w miejscach wyznaczonych do handlu grzybami: targowiska, rynki i.t.p. będących pod nadzorem Inspektoratu Sanitarnego, a nie w miejscach przypadkowych np.: przy autostradach, czy drogach.
- Korzystać z porad grzyboznawcy lub klasyfikatorów grzybów.
- Zaopatrzyć się w kolorowy atlas grzybów i jak najczęściej go studiować i porównywać zebrane grzyby.

Zatruc grzybami można uniknąć, jeżeli będą przestrzegane podstawowe zasady zapewniające bezpieczeństwo żywności w procesie produkcji przetworów grzybowych, środków spożywczych zawierających grzyby, również w skupie, przechowywaniu i sprzedaży grzybów.

Wymagania w tym zakresie zostały uregulowane zapisami art. 22 ustawy o warunkach zdrowotnych żywności i żywienia z 11 maja 2001r. oraz wydanego w wykonaniu tego paragrafu ustawy rozporządzenia Ministra Zdrowia z 19 grudnia 2002r. w sprawie grzybów dopuszczonych do obrotu lub produkcji przetworów grzybowych albo artykułów spożywczych zawierających grzyby oraz uprawnień klasyfikatora grzybów i grzyboznawcy Dz.U. nr 21, poz. 178 wraz ze zmianami wprowadzonymi rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 15.04.2004r. zmieniającym ww. rozporządzenie opublikowanym w dzienniku ustaw z 2004r. nr 84 poz. 793.