

**ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ:  
КЛАССИФИКАЦИЯ, ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ  
Food poisoning: classification, prevention and treatment**

**В. Д. Магасумова**, студент

**Н. Л. Лопаева**, кандидат биологических наук, доцент

Уральский государственный аграрный университет

(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

*Рецензент:* О. В. Горелик, профессор, доктор сельскохозяйственных наук

**Аннотация**

Пищевые отравления – это заболевания, которые возникают в результате употребления пищи, загрязненной бактериями, вирусами, паразитами или токсинами. Симптомы пищевого отравления могут включать в себя тошноту, рвоту, диарею, животные боли и лихорадку. Важно соблюдать правила гигиены при приготовлении и хранении пищи, чтобы предотвратить пищевые отравления. Лечение обычно включает в себя рекомендации по питанию, увеличение потребления жидкости и прием противорвотных средств. В случае серьезных симптомов следует обратиться к врачу.

**Ключевые слова:** пищевые отравления, профилактика, лечение, санитарные требования, микроорганизмы, бактерии, токсины.

**Summary**

Food poisoning is a disease that occurs as a result of eating food contaminated with bacteria, viruses, parasites or toxins. Symptoms of food poisoning may include nausea, vomiting, diarrhea, animal pain and fever. It is important to practice good hygiene when preparing and storing food to prevent food poisoning. Treatment usually includes dietary advice, increased fluid intake, and antiemetics. If symptoms are severe, consult a doctor.

**Keywords:** food poisoning, prevention, treatment, sanitary requirements, microorganisms, bacteria, toxins.

Пищевыми отравлениями называют патологии различных генезов, возникшие через употребление пищи, которая могла содержать болезнетворные микроорганизмы, токсины, либо другие ядовитые вещества немикробной природы. В отличие от кишечных инфекций пищевые отравления не передаются от человека к человеку, но данные заболевания могут возникать в виде массовых вспышек, эпидемии, если, например, на пищевом производстве была произведена зараженная партия продукции из-за несоблюдения санитарных норм и была реализована, то есть, дошла до потребителей.

**Пищевая токсикоинфекция (ПТИ)** – это острое, нередко массовое, не контагиозное заболевание с явлениями кратковременного инфицирования организма условно-патогенными (реже патогенными) микроорганизмами и выраженной интоксикацией, связанное с поступлением в желудочно-кишечный тракт продуктов, массивно обсемененных живыми возбудителями, и их токсинов, выделенных при размножении и гибели микробов [3].

Часто пищевые отравления начинаются внезапно, течение как правило короткое. Пищевое отравление обычно связано с употреблением какого-то одного продукта, который стал источником заражения, но ели на протяжении долгого времени употреблять в пищу продукт, кото-

рый содержал вредные вещества, например такие как свинец или пестициды, то отравление может протекать по типу хронического заболевания.

Согласно новой классификации, утвержденной Министерством здравоохранения РФ (составленной группой специалистов по гигиене питания И. А. Карплюк, И. Б. Куваева, К. С. Петровский, Ю. И. Пивоваров), пищевые отравления по этиологическому признаку подразделяют на три группы: [1].

- отравления микробной природы;
- отравления немикробной природы;
- отравления невыясненной этиологии;

#### **Эпидемиология отравлений (микробной природы, в том числе токсикоинфекций)**

- Заболевание развивается внезапно, инкубационный период короткий.
- Если зараженный продукт принимало несколько людей, то появление первых симптомов будет практически одновременным.
- Территория заболеваемости ограничена.
- Быстро прекращение симптомов отравления при изъятии зараженного продукта.
- Сезонность.
- Не заразно.

Пищевые отравления микробной природы самые распространенные, 95–97% всех случаев пищевых отравлений приходится именно на микробную этиологию.

Но также существуют разновидности микроорганизмов, колиформные бактерии, которые могут вызывать острые кишечные заболевания, на сегодняшний день насчитывается около 150 видов, так называемых, кишечных палочек, E.Coli, которые объединены в 4 класса:

- энтеропатогенные;
- энтеротоксигенные;
- энтероинвазивные;
- энтерогемморагические.

#### ***Профилактика пищевых отравлений***

Пищевые отравления обычно проявляются у человека в виде тошноты, вздутия живота, диареи, головокружения и повышения температуры. Для того, чтобы избежать пищевого отравления нужно придерживаться следующих рекомендаций:

- Не употреблять в пищу немытые овощи и фрукты.
- Смотреть сроки годности продукта и в случае истекшего срока годности ни в коем случае не употреблять в пищу.
- Соблюдать время термической обработки продуктов.
- На пищевых производствах строго следить за соблюдением сотрудниками личной гигиены.
- В летний период особенно тщательно следить за хранением таких продуктов как: салаты, заправленные майонезом, кондитерские изделия, мясо, колбасные изделия, рыба, молочные продукты, ведь при высокой температуре их срок хранения уменьшается и вырастает риск образования в этих продуктах болезнетворных бактерий.
- Всегда мыть руки перед употреблением пищи.
- Не употреблять пищу в сомнительных заведениях без лицензии и набора соответствующей документации.
- С осторожностью употреблять экзотическую пищу и street-food.

## Классификация пищевых отравлений

Группа отравлений	Подгруппа отравлений		Причинный фактор заболевания
Микробные	Токсикоинфекции		Энтеропагенные кишечные палочки, бактерии рода протеус, энтерококки, перфрингенс, бациллы цереус, вибрион парагемолитический, другие условно патогенные микроорганизмы
	Токсикозы	Бактериотоксикозы	Энтеротоксигенные стафилококки, ботулиновая палочка
		Микотоксикозы	Микроскопические грибы: аспергиллы, фузари, спорынья и др.
Немикробные	Отравления продуктами ядовитыми по своей природе	Растительного происхождения	Ядовитые грибы, ядовитые дикорастущие, культурные, сорные растения
		Животного происхождения	Икра маринки, молоки, усача, иглобрюх, некоторые моллюски и др. рыбы.
	Отравления продуктами, ядовитыми при определенных условиях	Растительного происхождения	Горькие ядра косточковых плодов, сырая фасоль, проросший картофель
		Животного происхождения	Печень, икра и молоки налима, шуки и др.; мидии; мед, собранный с ядовитых растений
	Отравления примесями химических веществ		Пестициды, нитраты, нитриты, нитрозамины, соли тяжелых металлов, циклические углеводороды и др.
Неустановленной этиологии	Связь с питанием доказана, но причина не установлена.		



Рис. 1. Пищевые отравления

### ***Лечение пищевых отравлений***

Чем интенсивнее проявляются симптомы при отравлении, тем больше болезнетворных бактерий попало в организм. Если же отравление все-таки произошло стоит придерживаться следующих рекомендаций по лечению:

- Снизить интоксикацию с помощью промывки желудка.
- Принять препараты-сорбенты.
- Пить больше жидкости около 2 л небольшими глотками.
- Можно применить соответствующие препараты, в фармакологии которых указана борьба с сальмонеллой, стафилококком, энтеробактериями и другими.
- При сильных спазмах принять спазмолитики.
- Вызвать врача (в особенности, если в симптоматике присутствует температура 39 градусов и выше, судороги, нескончаемая рвота, обмороки).

Также при отравлении строго запрещается принимать пищу, крепительные средства, антибиотики, игнорировать обращение к врачу, если симптомы сохраняются на протяжении суток и более [2].

Таким образом из всей проделанной работы можно сделать вывод, что пищевых отравлений на сегодняшний день можно легко избежать, придерживаясь простых правил, особенно важно соблюдать гигиенические требования на этапе производства пищевой продукции, но если все же отравление произошло, то главное четко соблюдать рекомендации по лечению, а в случае долговременных симптомов обращаться за помощью к медицинским работникам.

### **Библиографический список**

1. Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://minzdrav.gov.ru/news> (дата обращения: 20.02.2024.).
2. Профилактика пищевых отравлений [Электронный ресурс] // 10 Городская клиническая больница г. Минск. Режим доступа: <https://www.10gkb.by/informatsiya/stati/profilaktika-pishchevykh-otravlenij-2> (дата обращения: 20.02.2024.).
3. *Замбржицкий О. Н., Колосовская В. М.* Пищевые отравления, их профилактика и раследование: автореф. дисс. ... канд. мед. наук. Минск, 2010. 69 с.