

Saastunud toit teeb haigeks

Toidumürgistused tekivad selliste toiduainete söömisel, mis sisaldavad haigusttekitavaid mikroobe, kahjulikke keemilisi aineid, mürktaimi, hallitusseeni.

Kõige sagedamini tekitavad toidumürgistust salmonelloosi bakterid. Esimesed haigusnähud ilmnevad 8–24 tunni jooksul peale saastunud toidu söömist. Sageli aktiveerib mikroobe toidu soojas hoidmine või korduv soojendamine. Salmonelloosi mikroobe võib leiduda kõige sagedamini lihatoitudes ning munades.

Haigusest annab märku halb enesetunne, iiveldus, oksendamine, valud kõhus, kõhulahtisus ja palavik.

Haigestumise vältimiseks jälgi, et toit ei puutuks kokku haigu-

setekitajatega. Seetõttu ärge hoidke näiteks toorest ja töödeldud liha koos.

Toidumürgistust võivad põhjustada ka stafülokokid. Need võivad toidu sisse pääseda toiduvalmistaja käelt, kuid neid võib leiduda ka udarapõletikuga lehmade piimas ja piimatoodetes. Stafülokokkidega saastunud toiduainete tarvitamise järel tekivad haigusnähud 2–4 tunni jooksul. Sellest annavad märku iiveldus, tugevnenud süljevoolus, oksendamine ja kõhulahtisus.

Esmaabiks jooge rohkesti ning võtke vajadusel lahtistit või aktiivsütt. Pöörduge arsti poole.

Botulism on eriti ohtlik

Botulismi puhul on tegu raske toidumürgistusega, mida põhjustab botulismibakteriga saastunud toit.

Bakteri eosed on äärmiselt vastupidavad väliskeskkonna teguritele. Eoseid leidub mullas, aga ka loomade ja mõnede kalade sooltes. Eosed paljunevad hapnikuta keskkonnas ja toodavad botulismitoksiini, mis on tugevatoimeline mürk. Bakterid võivad sattuda konservidesse ja suitsutatud toiduainetesse. Nad paljunevad ka sügavates määrdunud haavades. Paljudes toodavad bakterid gaasi, mis toidu maitset ei muuda.

Inimene haigestub mõne tunni kuni mõne päeva jooksul peale haigustekitajatega toidu tarvitamist, kuid peiteperiood võib olla ka tunduvalt pikem – kuni 10 päeva.

Haigusnähud on rasked: uriinipeetus, kõhukinnisus, valguskartus, peapööritus, kahelinägemine, kõne- ja neelamishäired, käed ja jalad muutuvad nõrgaks, liikumine

REPRO



Valge kärbseseene mürgistus põhjustab enamasti surma.