

Влияние микотоксинов на организм человека.

Среди особо опасных загрязнителей пищевых продуктов, встречающихся в естественных условиях, выделяют группу микотоксинов – вторичных метаболитов **микроскопических плесневых грибов**, обладающих высокой термостойкостью и токсичностью, обладают канцерогенным, мутагенным действием, подавляют иммунитет организма, поражают почки, печень, нервную и сердечно-сосудистую системы, нарушают гормональное равновесие и функции воспроизводства.

Микотоксины могут быть обнаружены в зерновых, зернобобовых, орехах, семенах масличных культур, кофе, какао, кормах с/хозяйственных животных, а также в некоторых продуктах животного происхождения, в частности в молоке и молочных продуктах. При их хранении токсичность может возрастать.

Проблема микотоксинов известна с глубокой древности. Периодически случались отравления людей и животных при употреблении продуктов содержащих микотоксины. Наиболее известна гибель 14 тысяч человек в Париже в 1120 году от употребления хлеба, содержащего микотоксинами. Внимание исследователей к микотоксинам привлекли и афлатоксины, открытые при исследовании причины «заболевания Х» - падежа 100 тыс. индеек в течение недели на фермерских хозяйствах Англии в 1960 г. Также и в России отмечены случаи массового отравления людей и животных зерном и хлебом, содержащих микотоксины.

В лаборатории санитарно-химических и токсикологических методов исследования ГУ «Жодинский ГЦГЭ» можно провести исследование пищевых продуктов на содержание микотоксинов.

Следует запомнить простые правила для предупреждения отравления микотоксинами:

- Помните, что микотоксины почти не разрушаются при нагревании, поэтому не используйте для приготовления пищи подпорченные продукты: крупы, муку, хлеб, макаронные изделия, овощи и фрукты, орехи и т.д.
- Коварство микотоксинов в том, что отравление может проявляться не сразу: понемногу накапливаясь в организме, они через десятилетие могут вызвать тяжелые заболевания, в том числе онкологические.
- Важно знать, что микотоксины находятся не только там, где плесень и гниль, но и во всем продукте. Вредно использовать заплесневевший хлеб: обрезание корок ничего не дает - токсинами заражен весь батон.
- Летом во время затянувшихся дождей в саду быстро портятся и плесневеют ягоды клубники, малины, ежевики. Особенно перезрелые. Даже частично подплесневевшие или размягченные ягоды нельзя использовать в пищу или для варки компотов или варенья. Микотоксины находятся во всей ягоде.
- Домашние животные, особенно истинные хищники (кошки и собаки) очень чувствительны к микотоксинам содержащимся в кормах, например, в крупяной каше. Если ваша кошка отказывается что-то есть, примите это во внимание. Не стоит кормить заплесневевшим хлебом птиц.

Использование качественных продуктов питания позволит вам свести до минимума возможность пищевых отравлений микотоксинами.



ГУ «Жодинский ГЦГЭ»

Я. И. Капустина - врач-лаборант