**Заготовки на зиму. Правила безопасности**

Домашние заготовки не представляют сложности в приготовлении, но они могут представлять опасность для здоровья, если при приготовлении не будут соблюдаться меры предосторожности.

Профилактика направлена на соблюдение санитарно-эпидемиологических норм при консервировании.

- Для консервирования выбирайте только свежие фрукты и овощи.

- Недопустимо использовать лежалые и испорченные плоды.

- При сборе аккуратно срезайте ножку гриба, чтобы в корзинку не попала земля.

- Тщательно промывайте то, что собираетесь положить в банку. Не забывайте использовать щетку!

- Соблюдайте правила стерилизации банок и крышек.

- При консервации используйте соль и уксус.

- Консервы закрывайте капроновыми крышками – так к содержимому банки остается доступ кислорода и токсины не образуются.

- Помните, хранить домашние заготовки нужно в темном и прохладном месте (в холодильнике или в погребе).

- Вздутые банки незамедлительно выбрасывайте. В них уже полным ходом идет развитие микробов.

- Заготовки не следует покупать на рынках. Никто не даст вам гарантии, что они абсолютно безопасны.

- При покупке в супермаркетах обязательно проверьте срок годности и обратите внимание на внешний вид банки.

 Важно помнить об основных симптомах ботулизма.

 Отравление проявляет себя очень быстро – от двух часов до нескольких суток. Сначала человек чувствует слабость и головную боль. Рвота и диарея бывают редко. При ухудшении самочувствия нарушается функция зрения: перед глазами плывет туман, появляется раздвоение предметов, зрачки расширяются (причем один становится шире другого). Затем возникает сухость во рту, изменяется и ослабевает голос, речь становится невнятной. Температура тела остается нормальной или слегка повышается – до 37,2–37,3°С. Дальнейшее действие яда усугубляет состояние человека. При несвоевременном обращении за медицинской помощью ботулизм часто заканчивается смертью.

Если вы или ваши близкие заметили у себя эти симптомы после употребления консервированных продуктов, необходимо срочно обратиться за медицинской помощью.