

## پیشگیری از مسمومیت با مواد غذایی، قارچ ها و گیاهان سمی



- باکتری‌ها، ویروس‌ها، قارچ‌ها، مواد افزودنی غیرمجاز، فلزات سنگین، باقیمانده سموم نباتی از عوامل مهم ایجاد مسمومیت‌های غذایی محسوب می‌شوند.
- مسمومیت با مواد غذایی می‌تواند در اثر آلودگی غذا در جریان تولید فرآورده‌های غذایی، تهیه و نگهداری آن‌ها ایجاد شود.
- از مصرف کنسروهایی که در قوطی آن‌ها آثار نشت، برآمدگی و فرورفتگی و زنگ‌زدگی مشاهده می‌شود فوایداری کنید.
- اسهال یکی از علائم در بسیاری از مسمومیت‌های غذایی است.





- نوعی از مسمومیت غذایی موسوم به " بوتولیسم " از کشنده‌ترین انواع مسمومیت‌ها به شمار می‌رود.

- علائم و نشانه‌های بوتولیسم به‌صورت تأخیری (۱۲ تا ۲۴ ساعت بعد از مصرف غذای آلوده به باکتری) و به‌صورت تازی دید، دوبینی، افتادگی پلک، عدم توانایی حرکتی، سفتی در بلع، اختلال تکلم و یبوست ظاهر می‌شود.

- بوتولیسم در اثر مصرف مواد غذایی مانند سوسیس، کالباس، کنسرو ماهی، کنسرو ذرت، کنسرو لوبیا، کشک فام و عسل طبیعی که در شرایط نامناسب و غیربهداشتی تهیه و نگهداری شده‌اند ایجاد می‌شود.



- مسمومیت با گیاهان سمی یکی از شایع‌ترین علل بروز مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان در جهان به شمار می‌آید.
- مصرف یک گیاه توسط حیوانات اهلی و وحشی، دلیلی بر غیرسمی بودن آن برای انسان نیست.
- برفی از گیاهان تزئینی موجود در آپارتمان‌ها و باغچه‌ها می‌توانند سبب بروز مسمومیت در انسان شوند.
- در صورت بلعیدن قسمت‌های مختلف یک گیاه مانند میوه، دانه و برگ آن توسط کودکان متماً با مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم با شماره ۱۹۰ داخلی ۳-۳۵ تماس حاصل نمایید.
- سعی کنید نام گیاهان موجود در محیط کار و زندگی خود را بدانید تا در موارد بروز مسمومیت به گروه پزشکی اطلاع دهید.



- مسمومیت با گیاهانی مانند فرزه، دیفن بافیا، گل انگشتانه، آزالیا، شوکران و کرپک می‌تواند کشنده باشد. در صورت وقوع مسمومیت با این گیاهان بیمار را در اسرع وقت به نزدیک‌ترین مرکز درمانی منتقل کنید.

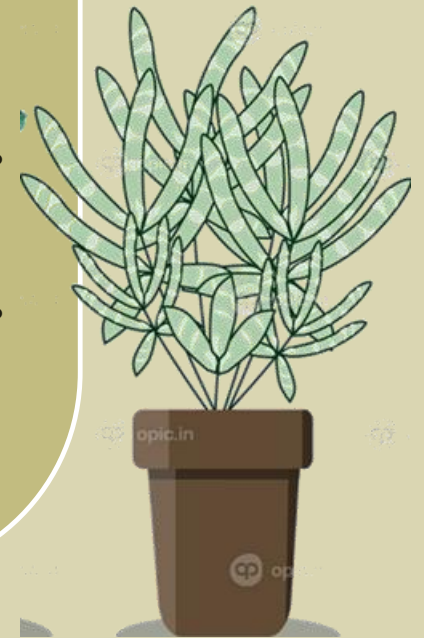
- در منزل خود از نگهداری گیاهان تزئینی که دارای میوه‌ها و ظاهر جذاب برای کودکان می‌باشند خودداری نمایید.

- کنجکاو ذاتی کودکان زیر ۵ سال و وجود جذابیت در شکل و رنگ بخشهای مختلف یک گیاه سمی منجر به بلعیده شدن آن توسط کودک می‌شود.

- شیره سمی برفی از گیاهان سمی آپارتمانی مانند دین بافیا و کالادیوم در صورت فورده شدن می‌تواند سبب تورم، خارش و سوزش مخاط دهان و ففگی و یا آسیب گوارشی فرد مسموم شود.

- برفی از داروهای گیاهی در صورت مصرف بیش‌ازحد یا نابجا می‌توانند مسمومیت‌های منجر به مرگ ایجاد نمایند.

- بفور اکالیپتوس در صورتی‌که به اشتباه فورده شود، حتی در مقادیر کم (یک قاشق) می‌تواند کشنده باشد. از القای استفراغ در مسمومیت با این فرآورده خودداری نموده و مصدوم را سریعاً به بیمارستان منتقل نمایید.



- مسمومیت با قارچ‌های سمی بسیار فطرتاً است. از مصرف قارچ‌هایی که نوع آن‌ها را نمی‌شناسید جداً خودداری کنید.
- آیا می‌دانید برفی از قارچ‌های سمی در صورت مصرف فوراکی می‌توانند باعث نارسایی ماد کبدی و مرگ شوند؟
- آیا می‌دانید تشخیص قارچ‌های سمی از انواع غیر سمی از روی شکل ظاهری آن‌ها کاری دشوار بوده و نیاز به تجربه و تبصر دارد؟
- از میان نزدیک به ۱۵۵۰ مورد مسمومیت ناشی از قارچ‌ها و گیاهان سمی که در نیمه نخست ۱۴۰۰ به بیمارستانها مراجعه نموده اند، ۵۲ درصد در اثر قارچ سمی و ۴۸ درصد در اثر گیاه سمی بوده است.

