

تشخیص مسمومیت :

در صورت بروز مسمومیت غذایی با منشأ باکتری، ویروس یا انگل، معمولاً بررسی علائم و انجام آزمایش خون برای شناخت نوع باکتری یا ویروس اولین اقدام تشخیص است.

در مورد دیگر انواع مسمومیت انتقال سریع مصدوم به مرکز درمانی و تشخیص دقیق برای حفظ جان بیمار اهمیت دارد. آنتی توکسین یا پادتن های مخصوص مقابله با سموم اگر به موقع تجویز شوند می توانند اثر سم را به طور کلی خنثی کنند. در صورت مسمومیت غذایی یک گروه راحت تر می توان علت را تشخیص داد. معمولاً همه افراد یک نوع خوراکی را میل کرده اند و با انجام یک آزمایش منشأ مسمومیت مشخص می شود.

درمان مسمومیت :

درمان مسمومیت غذایی به علت و وخامت بیماری بستگی دارد. بیشتر افراد به سرعت و بدون درمان خاصی بهبود می یابند. افرادی که دچار اسهال خفیف هستند باید حداقل 24 ساعت با مصرف او.آر. اس آب از دست رفته بدن را جبران کنند. برای تهیه محلول خانگی این دارو کافی است یک قاشق نمک و یک قاشق پر شکر را در یک لیوان آب حل کرد. بهتر است در مدت اسهال و

استفراغ از خوردن مواد غذایی سفت پرهیز شود. همچنین مایعات جرعه جرعه و خوراکی های ساده و با هضم راحت میل شود .

از طرفی باید از مصرف مواد کافئین دار پرهیز کرد

در صورت علائم بسیار شدید یا کاهش آب بدن ، بستری شدن در بیمارستان و دریافت درمان های جدی تر ضروری خواهد بود. بیشتر مسمومیت های باکتریایی به آنتی بیوتیک نیاز ندارند ، اما در بعضی دیگر از موارد این نوع درمان ضروری است . در موارد مسمومیت با مواد سمی داروهای مناسب باید تحت نظر پزشک مصرف شود . آتروفین می تواند برای مسمومیت قارچی و مقابله با آثار آن موثر باشد . البته در بیشتر موارد شستشوی معده در بیمارستان انجام می شود. ممکن است استفاده از دستگاه اکسیژن دیالیز یا دیگر اقدامات جدی تر نیز ضروری باشد.

پیشگیری:

همیشه نمی توان از مسمومیت غذایی پیشگیری کرد، اما می توان با رعایت برخی اقدامات احتمال خطر کاهش داد.

قبل و بعد از تماس دست ها با مواد غذایی ، پس از استفاده از سرویس بهداشتی و تعویض پوشک بچه و تماس با حیوانات حتماً دست ها را با آب گرم و صابون حداقل 20 ثانیه بشویید.

1- اگر به بیماری ها و عفونت های پوستی مانند زخم باز مبتلا هستند حداقل تا زمانی که زخم ها قابل دیدن است از آماده سازی مواد غذایی و طبخ غذا اجتناب کنید. سعی کنید در مدت آماده سازی غذایی ،انواع خوراکی ها به خصوص خام و پخته را جدا نگه دارید.

2- نگام گرم کردن غذا مطمئن باشید که دمای درونی مواد غذایی حداقل 75 سانتی گراد باشد در غیر این صورت سموم و باکتری ها نابود نمی شوند.

3- به مدت زمان و درجه مناسب پخت گوشت و مرغ دقت کنید.

4- مواد غذایی را در سریع ترین زمان ممکن در یخچال بگذارید. باقیمانده غذا را حداکثر تا یک ساعت می توان در دمای محیط نگه داشت و خنک شدن در دمای محیط اصلا ایده سالمی نیست. غذا را میتوان تا 2روز در یخچال نگهداری کرد و برای مدت بیشتر باید در فریزر گذاشت.

5- اگر مقداری از خوراکی الوده یا فساد شده بقیه را نیز دور بریزید

6- مواد غذایی سرد را سرد و مواد غذایی گرم را گرم نگه دارید.