



Метгемоглобінемія: що потрібно знати?

Нітрати — це хімічні речовини, які природно містяться у ґрунті, воді та рослинах. Вони можуть потрапляти в овочі, фрукти та питну воду через використання азотних добрив і стоки з фермерських господарств.

Найбільшу небезпеку для здоров'я становить вживання питної води, забрудненої нітратами.

Потрапляючи в організм, нітрати перетворюються на нітрити, які взаємодіють із гемоглобіном крові. У результаті утворюється метгемоглобін і виникає метгемоглобінемія.

Метгемоглобінемія — це патологічний стан, при якому частина гемоглобіну втрачає здатність переносити кисень, що призводить до кисневого голодування тканин організму.

Особливо небезпечними нітрати є для новонароджених і дітей раннього віку через недосконалість ферментних систем організму.

Найвища група ризику — діти до 3 років, особливо немовлята до 1 року, яких вигодовують сумішами, приготовленими на воді з перевищеним вмістом нітратів.

Грудне вигодовування є безпечним навіть у разі вживання матір'ю води з підвищеним вмістом нітратів.

Основні симптоми метгемоглобінемії у дітей:

- посиніння шкіри навколо рота;
- синюшність мочок вух, пальців рук і ніг;
- нудота, блювота, діарея;
- біль у животі;
- слабкість, задишка, серцебиття;
- головний біль;
- у тяжких випадках — судом та порушення дихання.

Саме тому хворобу ще називають «блакитний синдром немовлят».

Як мінімізувати ризики?

✓ Не використовуйте воду з колодязів та інших децентралізованих джерел для приготування їжі дітям до 3 років, якщо не впевнені у її якості.

✓ Для дитячого харчування використовуйте фасовану бутильовану воду.

✓ За можливості довше годуйте немовля грудним молоком.

✓ Перевіряйте якість питної води, особливо на вміст нітратів.

✓ Віддавайте перевагу сезонним овочам та фруктам.

✓ Не використовуйте для дитячого харчування ранні та парникові овочі.

✓ Не зберігайте приготовлені овочі при кімнатній температурі тривалий час.

✓ Купуйте овочі та зелень лише у перевірених місцях продажу.

Майте на увазі, що забруднена нітратами вода навіть у смертельних дозах – чиста, прозора, без запаху і видимих домішок, звичайна за смаком. Ефективних методів видалення нітратів з води в умовах нецентралізованого водопостачання практично не існує. Кип'ятіння забрудненої нітратами води не зменшує, а збільшує її токсичність! При перших симптомів отруєння у дитини необхідно НЕГАЙНО звертатись за медичною допомогою!

Бережіть себе та своїх дітей, вживайте воду належної якості та дотримуйтеся правил безпеки.

Перевірити якість води, провести дезінфекцію споруд, заходи з дератизації, знезараження води можна в лабораторіях Державної установи «Кіровоградський обласний центр контролю та профілактики хвороб Міністерства охорони здоров'я України»:

Кам'янецьке районне відділення:

- селище Кам'янець, вул. Криворізька, 37а,

телефон: (05241) 2-10-01

0972260441

e-mail: novg-vp-labviddil@ukr.net

ДУ «Кіровоградський обласний
центр контролю та профілактики
хвороб МОЗ України»
Кропивницький районний відділ
Кам'янецьке відділення
відділення епідеміологічного
нагляду та профілактики неінфекційних хвороб

