***Bolesti nehigijenske ishrane***

Odgovorite na pitanja u svesku:

Šta uključuje lična higijena?

Opiši kako vodiš higijenu ruku?



PRAVILNO PRANJE RUKU

Od svih dijelova tijela ruke su najčešće izložene vanjskim uticajima i onečišćenju.

Nehigijenska ishrana može dovesti do trovanje hranom i zaraznih bolesti.

* Do **trovanja hranom** dolazi ako se putem ishrane u organizam unesu prirodne otrovne tvari kao što su: **otrovne gljive, biljke, školjke, pesticidi, soli teških metala i hrana koja dugo stoji.**
* **Zarazne bolesti** se prenose **zaraženom hranom, vodom, priborom i posuđem** i tim putem se u organizam unose **bakterije i paraziti** koji **izazivaju razna oboljenja**.

Bakterije i paraziti izazivaju:

* 1. crijevne zarazne bolesti (tifus, kolera, žutica, gliste, dizenterija,...)
	2. zoonoze (bruceloza, antraks, slinavka,...)
* Danas proizvođači hrane, često koriste nedozvoljena sredstva u proizvodnji biljaka i životinja kako bi ubrzali njihov rast u cilju što veće proizvodnje.

**Štetni dodaci koji se nalaze u prehrambenim proizvodima:**

(prepisati tabelu u svesku)

|  |  |
| --- | --- |
| **SUMNJIVE TVARI** | **E 125, 141, 150, 153, 171, 172, 173,****240, 241, 477** |
| **OPASNI DODACI** | **E 102, 110, 120, 124** |
| **DODACI KOJI UZROKUJU RAK** | **E 131, 142, 210, 211, 213, 214, 215,****216, 217, 239** |
| **PAŽNJA: E 123 JE JAKO OTROVAN I ZABRANJEN JE ZA UPOTREBU** |

**Domaća zadaća:**

* Potražiti na deklaracijiama prehrambenih proizvoda da li taj proizvod sadrži neke od štetnih dodataka koji se nalaze u tabeli (zapisati u svesku pronađene podatke)

