










# MYKOTOXINY | CO JE TŘEBA VĚDĚT

1

## Možné zdroje expozice

-  Pšenice a ječmen
-  Kukuřice
-  Potraviny na bázi obilovin (chléb, sušenky)
-  Ovoce
-  Ořechy
-  Nápoje na bázi obilovin (pivo, káva)
-  Potraviny živočišného původu
-  Mateřské mléko (u matek vystavených mykotoxinům)
-  Spory hub
-  Expozice na pracovišti (mláčení obilí, mletí, zpracování potravin - činnosti, které mohou vést ke kontaminaci prachem nebo k manipulaci s kontaminovanými materiály)

2

## Jak se mohou mykotoxiny dostat do těla?


Požitím

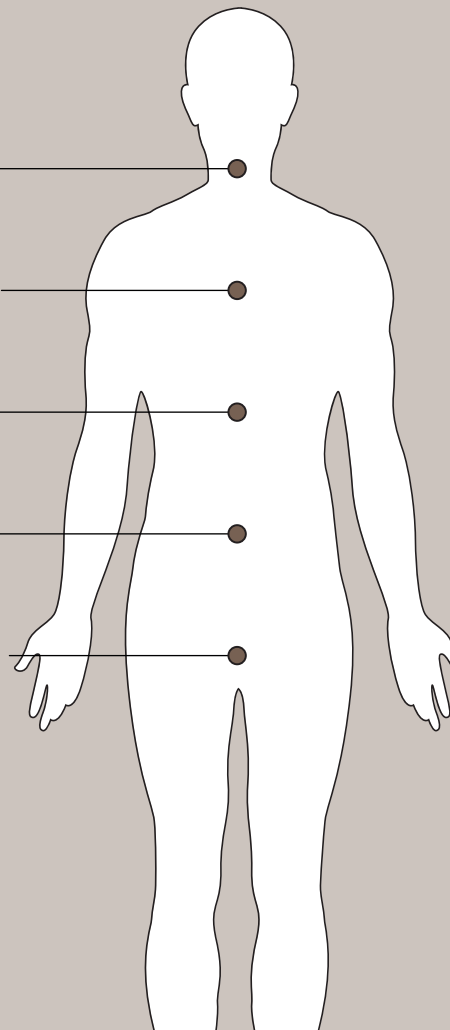
Vdechováním

Dermální absorpcí

3








## Jaký vliv mohou mít mykotoxiny na zdraví?

-  Rakovina
-  Dysfunkce imunitního systému
-  Poškození jater
-  Poškození ledvin
-  Toxicita pro reprodukci



4

## Jak můžete snížit svou expozici mykotoxinům?

-  ✗ Vyvarujte se dlouhodobého skladování potravin
-  ✓ Uchovávejte potraviny v suchu, ne na příliš teplém místě, správně uskladněné a bez hmyzu
-  ✓ Kontrolujte potraviny (obilniny, ořechy a sušené ovoce), zda na nich není přítomna plíseň; nahnilé, plesnivé, zbarvené nebo seschlé potraviny zlikvidujte
-  ✓ Kupujte obilniny a ořechy co nejčerstvější a nejlépe pěstované lokálně, aby se zabránilo dlouhé přepravě a skladování
-  ✓ Pravidelně doma větrejte
-  ✓ Pokud pracujete v prostředí, kde se zpracovávají příslušné potraviny a krmiva a/nebo se s nimi manipuluje, vyvarujte se vdechování prachu, který se může uvolňovat při úkonech, jako je skladování, nakládání nebo mletí kontaminovaných materiálů, a dalších úkonech, jako je péče o zvířata v chovech zvířat. Používejte dostupné ventilační systémy a/nebo prostředky na ochranu dýchacích cest
-  ✓ Kromě toho při manipulaci s výrobky, které mohou být kontaminovány (např. obilniny, ořechy, sušené ovoce), používejte ochranné rukavice

EU přijala opatření na ochranu občanů před expozicí mykotoxinům. Právní předpisy EU například stanovují maximální limity mykotoxinů v potravinách a krmivech, aby se zajistilo, že nebudou škodlivé pro zdraví lidí nebo zvířat.

Další informace o mykotoxinech naleznete na internetových stránkách projektu HBM4EU v odděle **Informativní přehled o projektu HBM4EU**.