




מה עליכם לדעת | מיקוטוקסינים

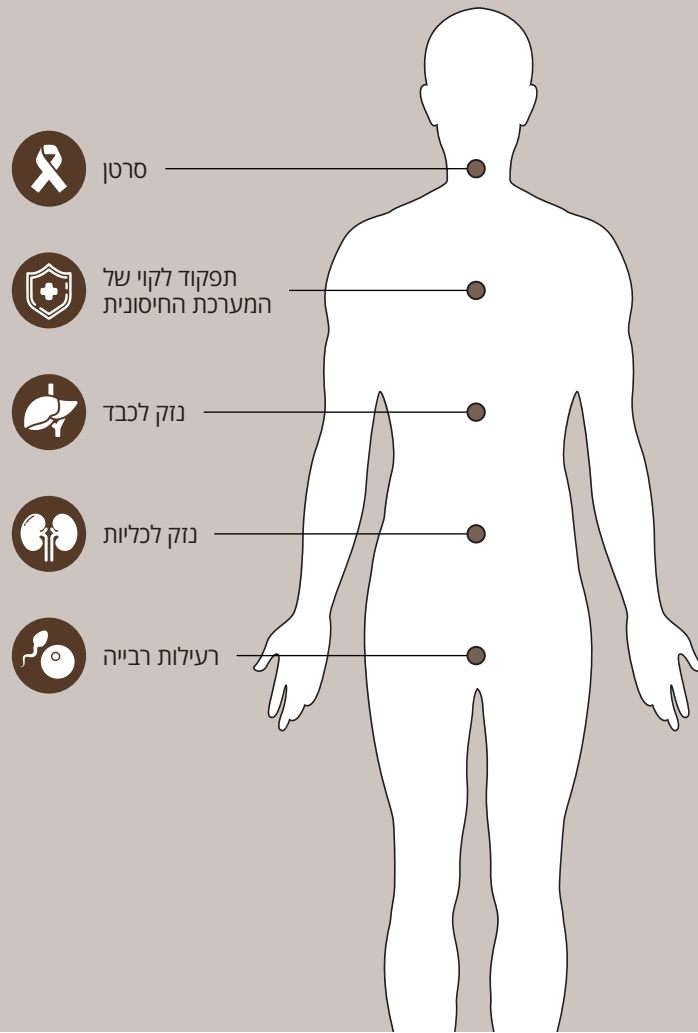
1 מקורות אפשריים לחשיפה

-  חיטה ושעורה
-  תירס
-  מזון מבוסס דגנים (לחם, עוגיות)
-  פירות
-  אגוזים
-  משקאות מבוססי דגנים (בירה, קפה)
-  מזון מבוסס בעלי חיים
-  חלב אם (אימהות שנחשפו)
-  נבגי פטריות
-  חשיפה תעסוקתית (דיש דגנים, טחינה, עיבוד מזון - פעילויות שעלולות לגרום לאבק מזוהם או שעשויים להיות כרוכות בטיפול בחומרים מזוהמים)

2 כיצד מיקוטוקסינים עלולים לחדור לגוף? בריאותכם?

-  **בבליעה**
-  **בשאיפה**
-  **בספינה עורית**

3 כיצד עלולים מיקוטוקסינים להשפיע על בריאותכם?



4 מכתשיח תא תיחפהל ולכות דציק ל-PFAS?

-  **הימנעו** ממזון שמאוחסן לתקופות ארוכות **X**
 -  **שמרו** את המזון יבש ולא חם מדי, ומאוחסן **✓** כראוי וללא חרקים
 -  **חפשו** במזון (דגנים מלאים, אגוזים ופירות יבשים) עדויות לעובש; השליכו פריטי מזון רקובים, מוכתמים או מצומקים **✓**
 -  **קנו** דגנים ואגוזים טריים ככל האפשר ורצוי שגדלים מקומית כדי למנוע משכי הובלה ואחסון ארוכים **✓**
 -  **אוררו** את ביתכם באופן קבוע **✓**
- אם אתם עובדים במקום העוסק בעיבוד ו/או בטיפול במוצרי מזון והזנה רלוונטיים, **הימנעו** משיאפת האבק שעלול להיפלט במהלך חומרים מזוהמים ואחרים, כמו טיפול בבעלי החיים באתרי גידול בעלי חיים. **השתמשו** במערכות האוורור הזמינות ו/או בצידוד להגנת הנשימה.
-  **השתמשו** בכפפות מגן בעת טיפול במוצרים שעלולים להיות מזוהמים (כגון דגנים, אגוזים, פירות יבשים). **✓**

האיחוד האירופי נוקט בפעולות להגנה על האזרחים מפני חשיפה למיקוטוקסין. לדוגמה, חקיקת האיחוד האירופי מגדיר רמות מרביות של מיקוטוקסינים במזון ובמספוא שהקפדה עליהן מבטיחה כי אינם מזיקים לבריאותם של בני אדם או בעלי חיים.

למידע נוסף בנושא מיקוטוקסינים אנא בקרו בחלק שכתרתו **דף המידע של HBM4EU**.