

# MYKOTOXINER | DET HÄR BEHÖVER DU VETA

## 1 Möjliga exponeringskällor

-  vete och korn
-  majs
-  spannmålsbaserade livsmedel (bröd, kakor)
-  frukt
-  nötter
-  spannmålsbaserade drycker (öl, kaffe)
-  animaliska livsmedel
-  bröstmjolk (exponerade mödrar)
-  svampsporer
-  exponering i arbetet (tröskning och malning av spannmål, livsmedelsberedning – aktiviteter som kan ge upphov till förorenat damm eller medföra hantering av förorenade material)

## 2 Hur kan mykotoxiner komma in i kroppen?

genom dryck och mat 

genom inandning 

genom hudabsorption 

## 3 Hur kan mykotoxiner påverka hälsan?



cancer



nedsatt funktion hos immunsystemet



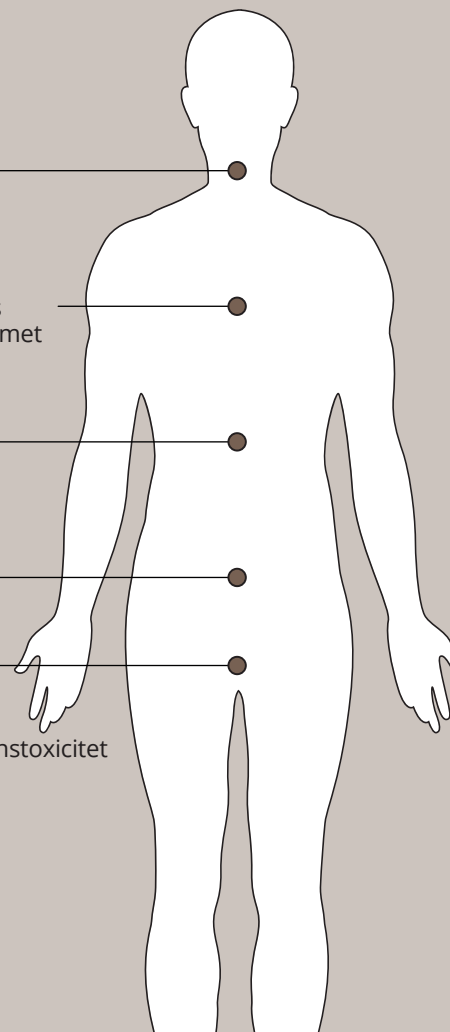
leverskada



njurskada



reproduktionstoxicitet



## 4 Hur kan du minska din exponering för mykotoxiner?



✗ Undvik att förvara livsmedel länge



✓ Förvara livsmedel torrt och inte alltför varmt, korrekt och insektsfritt



✓ Inspektera livsmedel (hela korn, nötter och torkad frukt) för tecken på mögel. Kassera ruttna, mögliga, missfärgade och skrupna livsmedel



✓ Köp spannmål och nötter som är så färska som möjligt, helst närproducerade för att undvika långa transporter och förvaringsperioder



✓ Vädra regelbundet hemma

Vid arbete i miljöer där bearbetning och/eller hantering av relevanta livsmedels- och foderprodukter sker, **undvik** att andas in damm som kan ha avgetts i samband med aktiviteter som lagring, lastning eller malning av kontaminerat material och andra verksamheter, såsom skötsel av djur i samband med djurhållning. **Använd** tillgängliga ventilationssystem och/eller andningsskyddsutrustning



✓ Använd skyddshandskar vid hantering av produkter som kan vara förorenade (t.ex. spannmål, nötter och torkad frukt)

//

EU har vidtagit åtgärder för att skydda medborgarna från exponering för mykotoxiner. Exempelvis fastställer EU-lagstiftningen gränsvärden för mykotoxiner i livsmedel och djurfoder för att säkerställa att de inte är skadliga för människors eller djurs hälsa.

För mer information om mykotoxiner, se avsnittet om **HBM4EU-faktablad**.