

Верная примета позднего лета это появление в розничной торговле бахчевых: арбузов и дынь.

Самые популярные в России арбузы, безусловно, астраханские. Это своеобразный «сертификат», гарантия вкуса и качества. Торговцы это прекрасно знают и зачастую пользуются доверчивостью неискушенных покупателей. Откуда простым гражданам знать, что арбузы растут не только в Астрахани, но и в Волгограде, на Северном Кавказе, на юге Украины и Молдовы, в республиках Закавказья и Средней Азии? На ценнике написано «Арбузы астраханские», значит, так оно и есть.

Скороспелые сорта часто везут из других регионов России и ближнего зарубежья. Никакой угрозы здоровью такие арбузы в себе не таят. Среднеспелые же сорта (традиционный астраханский арбуз), возвращенные на азотных удобрениях и, прежде всего, на аммиачной селитре вовсе не безобидны для здоровья. К сожалению, на глаз отличить «накачанный» арбуз от нормального практически невозможно. Под действием нитратов арбузы растут ускоренными темпами и очень быстро набирают внушительный вес и объем плода.

Самые популярные в России арбузы, безусловно, астраханские. Это своеобразный «сертификат», гарантия вкуса и качества. Торговцы это прекрасно знают и зачастую пользуются доверчивостью неискушенных покупателей. Откуда простым гражданам знать, что арбузы растут не только в Астрахани, но и в Волгограде, на Северном Кавказе, на юге Украины и Молдовы, в республиках Закавказья и Средней Азии? На ценнике написано «Арбузы астраханские», значит, так оно и есть.

Отведав такого «лакомства» очень легко получить острое отравление нитратами, которое особенно тяжело протекает у детей. Поскольку в крови нитраты конкурируют с кислородом за гемоглобин, и вместо переносчика кислорода он (в виде метгемоглобина) становится причиной серьезных проблем с клеточным дыханием. Нитраты имеют свойство накапливаться в организме (кумулятивный эффект), вызывая хроническую интоксикацию. Перегруженные нитратами дети растут хуже, чаще болеют, взрослые становятся раздражительными, хуже спят.

На самом деле в Астрахани пробный съём арбузов производят в начале августа, выборочный — в середине месяца, а массовый начинается приблизительно с 25-го числа, поэтому настоящие «астраханцы» должны появиться на прилавках только к сентябрю. Не случайны слова главного государственного санитарного врача РФ Г. Г. Онищенко: «Коллеги, придет конец августа - начало сентября, когда появятся истинно астраханские арбузы. Вот тогда, пожалуйста, насладитесь сполна этой радостью потребления хорошего и естественного мочегонного средства, коим является арбуз».

Бахчевые растут на земле, затем транспортируются и хранятся далеко не в стерильных условиях. Если во время погрузки-разгрузки арбуз трескается, то вытекающий сок привлекает известных переносчиков инфекции – мух, да и сам становится прекрасной средой размножения для широкого спектра микроорганизмов, способных вызывать

острые кишечные инфекции. Из года в год их число резко возрастает в августе. Причина этого кроется в высокой температуре, благоприятствующей росту болезнетворной флоры, поэтому обязательно тщательно промывайте бахчевые, овощи и фрукты в проточной воде (можно с использованием хозяйственного мыла).

Условия реализации, приобретения и потребления овощей и фруктов, арбузов и дынь, являются важными факторами, влияющими на здоровье человека. Поэтому особое внимание должно быть отведено соблюдению санитарных правил и норм. От бдительности самих покупателей зависит не только их собственное здоровье, но и здоровье их близких.

Нередки жалобы на то, что купленные арбуз или дыня оказываются «скисшими» или «вареными», а все потому, что сам покупатель не обратил внимания на условия их реализации. Не приобретайте арбузы и дыни, реализация которых осуществляется под прямыми солнечными лучами на поддонах и стеллажах, а только при наличии навеса (зонт, палатка, киоск).

Не покупайте арбузы и дыни, реализация которых осуществляется в нарезке, это запрещено санитарными правилами и нормами, поскольку чревато заражением паразитарными и кишечными инфекциями.

Эти несложные меры позволят вам получить только приятные впечатления от употребления овощей и фруктов, и укрепить здоровье.