

Vprašanja in odgovori

***E. COLI* BAKTERIJA**

1. Kaj je E.coli ?

Escherichia coli (*E.coli*) je bakterija, ki je v okolju zelo razširjena. Nahaja se v prebavilih človeka in različnih toplokrvnih živali, zlasti goveda in drugih prežvekovalcev. V okolje pride z živalskimi iztrebki in odplakami. V zunanjem okolju lahko preživi in se lahko razmnožuje na zelenjavi in drugih živilih. Obstaja okoli 250 različnih sevov *E.coli* iz seroskupine O, ki proizvajajo Šiga toksine. Od teh jih okrog 100 lahko povzročajo obolenje pri ljudeh.

2. Kako se bakterija E.coli prenaša na človeka?

Prenos okužbe na človeka je možen z okuženo hrano ali vodo, prek stika z živalmi, možen je tudi neposreden prenos z dotikom človek-človek (družine, vrtci, domovi za ostarele, itd.). Kot sumljivo živilo v izbruhih so bile pogosto navedene: surovo (nepasterizirano) mleko in sir, goveje meso, različne vrste sveže zelenjave (npr. ohrovt, špinača, solata), nepasterizirani sadni sokovi (jabolčnik),.

3. Kateri viri okužbe z *E.coli* bakterijo so bili prepoznani v preteklosti?

- Predelano goveje meso v hamburgerjih, kebabu in salamah.
- Surovo mleko in siri.
- Surova zelenjava, kot je zelje, zelena solata, špinača, ohrovt, redkev in ohrovt.
- Sadje, vključno z melono, in nepasterizirani jabolčnik.
- Orehi, kalčki.
- Voda v jezerih, ribnikih, bazenih za veslanje in plavanje.
- Neposreden stik s kozami, ovcami in drugimi živalmi.

4. Kolikšna je inkubacijska doba okužbe z *E.coli*?

Čas od okužbe do nastanka bolezni (inkubacijska doba) je običajno od 3 do 4 dni, lahko tudi od 1 do 10 dni.

5. Kateri so simptomi okužbe z *E.coli*?

Simptomi okužbe z *E.coli* bakterijo so:

- trebušni krči,
- driska, ki je lahko tudi krvava,
- povišana temperatura,
- slabost in bruhanje.

6. Kako hitro po bolezni okrevamo?

Večina bolnikov okreva v roku 10 dni.

7. Kakšni so možni zapleti?

V redkih primerih se lahko razvije hemolitično uremični sindrom (HUS), to je nevaren zaplet z akutno odpovedjo ledvic, anemijo in zmanjšanim številom trombocitov.

IZBRUH V NEMČIJI

1. *E.coli* je znana bakterija. Čemu tolikšna pozornost?

E. coli je pogosta in znana bakterija, ki se nahaja v črevesju ljudi in toplokrvnih živalih in ponavadi ne povzroča bolezenskih znakov. Nekateri sevi te zelo razširjene bakterije pa lahko povzročijo hudo ali celo smrtno nevarno bolezen. O taki bolezni, ki jo je povzročil nevaren sev *E.coli* z oznako O104: H4, od začetka letošnjega maja poročajo iz severne Nemčije, od koder se je bolezen z migracijo tamkajšnjih prebivalcev in turistov razširila tudi v 12 drugih držav. V večini so zbolele ženske in osebe starejše od 20 let, čeprav je bolj običajno, da pogosteje zbolijo otroci. Vir okužbe za zdaj še ni bil ugotovljen, zato je nemogoče predvideti, kako dolgo bo izbruh trajal. Spodbudni so novi podatki, ki kažejo, da število zbolelih upada.

2. Gre za poseben primer bakterije?

Serotip bakterije, ki je povzročila izbruh v Nemčiji in ga imenujemo enterohemoragična *Escherichia coli* (EHEC) O104: H4, doslej pri človeku še bil ugotovljena.

3. Kaj je vir okužbe pri izbruhu v Nemčiji?

Vir okužbe za zdaj, kljub prizadevanju številnih strokovnjakov in izmenjavi informacij med državami, še ni bil odkrit, tako kot že doslej v številnih primerih okužb s hrano. Trenutno potekajo številne preiskave, s katerimi poskušajo odkriti vir okužbe in pojasniti nastanek izbruha.

4. Zakaj so raziskave tako dolgotrajne?

Pojasnjevanje okužbe s hrano zahteva tesno sodelovanje zdravstva in drugih služb (kmetijstvo, živiloreja, veterina). Preiskavo je treba usmeriti v celotno prehransko verigo, saj se razlog za okužbo s hrano lahko skriva v katerem koli delu te verige. Težko je ugotoviti, katero živilo je povzročilo okužbo, ker se podatki pridobivajo pri zbolelih, ki se pogosto za nekaj dni nazaj ne spomnijo natančno katera živila so zaužili. Laboratorijska diagnostika je zahtevna in dolgotrajna.

PRIPOROČILA

1. Kako doma zmanjšamo tveganje za okužbo s hrano?

Tveganje za okužbe s hrano zmanjšamo z upoštevanjem osnovnih higienskih načel v domači kuhinji:

- preprečimo križanje poti surovih živil in gotove hrane z ločenim shranjevanjem in pripravljanjem;
- pred pripravo hrane in po rokovanju s surovimi živili (meso, zelenjava, sadje) si temeljito umijemo roke z vodo in milom;
- delovne površine in pribor po obdelavi surovih živil temeljito operemo s toplo vodo in čistilnim sredstvom;
- redno menjavamo krpe za pomivanje in brisače, ki ji peremo pri temperaturi najmanj 60°C;
- ljudje s prebavnimi težavami naj ne pripravljajo hrane.

2. Kateri so osnovni higienski ukrepi pri pripravi hrane?

- Preden hrano pripravimo, postrežemo ali zaužijemo, si temeljito umijemo roke z milom in vodo.
- Meso dobro prekuhamo ali prepečemo.
- Sadje dobro speremo pod tekočo pitno vodo
- Zelenjavo dobro umijemo pod tekočo pitno vodo, še zlasti, če je pred zaužitjem ne nameravamo skuhati.
- Izogibamo se križanju gotove hrane in surovih živil z uporabo ločenega pribora in desk za rezanje

3. Kako uničimo bakterije E.coli?

Bakterija ne preživi običajnih temperatur kuhanja, cvrtja in dušenja.

4. Kaj, če dobim drisko?

Ljudje, ki so bili pred kratkim v severni Nemčiji in imajo simptome hude ali krvave driske, naj se nemudoma posvetujejo z osebnim zdravnikom. Pomembno je dosledno umivanje rok po uporabi stranišča.

5. Ali so potrebni kakšni posebni ukrepi v vrtcih, šolah in gostinskih obratih?

Dosedanje prakse za zdaj ni potrebno spreminjati. Tako kot doslej naj se še naprej dosledno upošteva predpisane higienske prakse in standarde, opredeljene v smernicah in načelih HACCAP. Za vrtce obstajajo Smernice dobre higienske prakse za kuhinje vrtcev.

E.COLI – PITNE IN KOPALNE VODE

Uporabljajmo zdravstveno ustrezno pitno vodo za vse namene uporabe: pitje, kuhanje, pripravo hrane, druge gospodinjske namene ter za proizvodnjo in promet živil.

1. Ali je pitna voda, ki vsebuje E.coli zdravstveno ustrezna?

Zdravstveno ustrezna pitna voda ne sme vsebovati E.coli oziroma mikroorganizmov, parazitov in njihovih razvojnih oblik v številu, ki lahko predstavlja nevarnost za zdravje ljudi.

2. Ali se v pitni vodi ugotavlja E.coli?

Pri nadzoru pitne vode se v vzorcih rutinsko ugotavlja prisotnost E.coli in drugih

mikroorganizmov ter tako izdeluje ocene zdravstvene ustreznosti pitne vode.

3. Kaj pomeni, če najdemo E.coli v pitni vodi?

V pitni vodi se E.coli preverja kot pokazatelj onesnaženja s fekalijami. Fekalno onesnažena pitna voda ogroža zdravje ljudi, ker lahko vsebuje tudi mikroorganizme, ki povzročijo bolezni.

4. Kaj moramo narediti, če je E.coli v pitni vodi?

Upravljaavec vodovodnega omrežja mora čimprej, s pregledom celotnega sistema za oskrbo s pitno vodo, ugotoviti vzroke onesnaženja pitne vode z E.coli in izvesti potrebne ukrepe. Do odprave vzrokov onesnaženja je potrebno prekuhavanje vode za pitje in pripravo hrane. Upravljaavec mora obvestiti uporabnike in jim posredovati navodila o prekuhavanju pitne vode.

5. Kako je z E.coli v kopalnih vodah?

V kopalni vodi površinskih voda (celinskih in morju) se preverja E.coli kot indikatorski parameter oziroma pokazatelj fekalnega onesnaženja kopalne vode. Specifičnih povzročiteljev bolezni rutinsko v kopalni vodi ne iščemo. Za vzorčenje površinskih kopalnih voda je odgovorna Agencija Republike Slovenije za okolje.

Od junija 2011 velja predpis, ki določa, da E.coli ne sme biti prisotna v bazenski kopalni vodi.

Kopalna voda ni namenjena za pranje živil kot tudi ne za pitje. Med kopanjem pazimo, da popijemo čim manj vode. Priporočljivo je, da se po kopanju stuširamo.

6. Kje lahko zveč o pitni in kopalni vodi?

Dodatne informacije o pitni in kopalni vodi so objavljene na spletni strani IVZ:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=19>.

###