

OKUŽBE Z BAKTERIJO *E. COLI*

V zadnjih tednih iz Evrope poročajo o širjenju okužbe z bakterijo *Escherichia coli* (*E.coli*). Več ljudi je zaradi okužbe tudi umrlo.

Bakterija *E.coli* je v okolju zelo razširjena in je ena najobičajnejših prebivalk v črevesju vseh toplokrvnih organizmov, tudi človeka. V okolje pride z živalskimi iztrebki in odplakami. V zunanjem okolju lahko preživi dalj časa in se razmnožuje na zelenjavi in drugih živilih.

Ločimo seve (različice) bakterije *E.coli*, ki so za človeka neškodljive, in tiste, ki lahko povzročijo različna obolenja. Med zadnje spada tudi enterohemoragična *E.coli*, ki tvori Šiga toksine (STEC). Te bakterije se trdno oprimejo človeških črevesnih celic, jih zastrupijo in pridejo v kri. Po krvi nato pridejo v ledvice in lahko povzročijo ledvično odpoved. Zaradi strupov, ki uničujejo stene žil in povzročijo močno vnetje, lahko pride celo do šoka in smrti. Največ opisanih bakterij pripada posebnemu sevu O157:H7, medtem ko je v Evropi povzročil izbruh nevarnih okužb zelo redek sev O104:H4, ki ga pri ljudeh prej še nikoli niso dokazali.

Med okužbo in prvimi znaki obolenja lahko preteče nekaj dni. Pri zdravih odraslih osebah se največkrat pojavi samo blaga driska, hujši potek bolezni pa se lahko razvije pri otrocih, starejših osebah, osebah, ki imajo slabšo odpornost. Bolezen poteka s hudimi trebušnimi krči, krvavo drisko, povišano telesno temperaturo. Pri nekaterih osebah okužba lahko povzroči razvoj hude oblike bolezni ledvic, hemolitično uremičnega sindroma (HUS), ki privede do odpovedi ledvic. Večina bolnikov s HUS ozdravi, vendar so možne tudi trajne posledice ali smrtni izid bolezni.

Prenos okužbe na človeka je možen z okuženo hrano ali vodo, preko stika z živalmi, možen je tudi neposreden prenos z dotikom človek-človek (okužena oseba izloča bakterijo z iztrebki, od tod si bakterijo zanese na roke, iz rok pa na druge osebe, predmete, v živila). Kot sumljivo živilo v izbruhih so bile pogosto navedene: surovo (nepasterizirano) mleko in sir, goveje meso, različne vrste sveže zelenjave, nepasterizirani sadni sokovi (jabolčnik).

Za preprečevanje okužb z enterohemoragično *E. coli* je ključnega pomena ustrezna higiena. Sveže sadje in zelenjavo je potrebno temeljito oprati, še preden jo olupimo, da ne bi z mikroorganizmi, ki se lahko nahajajo na površini lupine, pri lupljenju kontaminirali notranjosti sadja in zelenjave. Uživamo le dobro prepečena, kuhana ali pasterizirana živila, meso mora tudi v notranjosti doseči 70°C, mleko vedno prekuhamo, izogibamo se uživanju nepasteriziranih sokov. Preprečevati moramo navzkrižno onesnaženje živil preko drugih živil (stik gotovega živila s surovim živilom), preko oseb, ki delajo z živili, preko pribora, kuhinjske opreme in transportne embalaže. Roke si moramo temeljito umiti po uporabi stranišča ali menjavi plenice, pred rokovanjem z živili, pred jedjo, po kontaktu s surovimi živili ali kontaktu z živalmi in njihovim okoljem. Zapomnimo si - umivanje rok je izredno pomembno za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni!