



Информация о возбудителях заболеваний у людей – гигиена защищает!

Кампилобактеры – это бактерии, вызывающие инфекционную диарею. Они встречаются по всему миру, в Европе, прежде всего, в теплое время года. Бактерии живут, прежде всего, в пищеварительном тракте животных – чаще всего, не ведя к их заболеванию. Кампилобактеры являются наиболее частыми возбудителями диареи в Германии.

Что такое кампилобактеры?

Как передаются кампилобактеры?

Через продукты питания

Инфицирование кампилобактерами происходит, главным образом, в результате потребления зараженных продуктов питания. Часто передача инфекции происходит через мясо домашней птицы. В отличие от сальмонелл, кампилобактеры не в состоянии размножаться в продуктах питания. Но они могут просуществовать некоторое время во внешней среде. Недостаточная кухонная гигиена также может приводить к заражению, например, через разделочные доски или ножи, которые не подвергаются достаточной очистке после приготовления сырого мяса.

Пищевые продукты, часто пораженные кампилобактером:

- ▶ Мясо домашней птицы и продукты из него, не прошедшие надлежащей тепловой обработки
- ▶ Непастеризованное молоко или продукты из него
- ▶ Мясной фарш, не прошедший полной тепловой обработки
- ▶ Колбаса, выпускаемая в сыром виде
- ▶ Зараженная питьевая вода, например, из колодца

От человека к человеку

Возможен также фекально-оральный механизм передачи возбудителя от человека к человеку. При этом возбудители в мельчайших остатках кала больного попадают через грязные руки в рот.

Путем непосредственного контакта с животным

Владельцы домашних животных могут заразиться от своих питомцев. При этом передача осуществляется через помет животных.

Через загрязненную воду

Иногда кампилобактером заражены озера. В редких случаях возможно заражение через загрязненную воду, если при купании проглотить ее.

Какие симптомы появляются у больных?

Самые распространенные симптомы кампилобактерной инфекции включают диарею, боли в области живота, повышенную температуру, головную боль, тошноту и рвоту. Диарея может быть кашицеобразной, очень водянистой или даже с примесью крови в испражнениях. Как правило, длительность заболевания составляет до семи дней. Обычно оно протекает без осложнений, и симптомы проходят сами по себе. Многие кампилобактерные инфекции протекают вообще бессимптомно.

В качестве **осложнения** в исключительных случаях возможна генерализация процесса вплоть до септицемии, возможны поражения легких, мочеполовой системы, менингита, очень редко – даже к серьезным неврологическим заболеваниям, например, синдрому Гийена-Барре.

Сколько длится инкубационный период и как долго больной заразен?

Инкубационный период обычно составляет от 2 до 5 дней, в отдельных случаях – от 1 до 10 дней. Больные заразны до тех пор, пока возбудители еще выделяются с испражнениями. В среднем это длится от 2 до 4 недель – т. е. возбудители могут выводиться из организма и после исчезновения симптомов.

Лица с ослабленной иммунной системой могут быть заразными значительно дольше.

Кто находится под особой угрозой заболевания?

Наибольший риск заболевания имеют дети младшего возраста. Часто поражаются и молодые взрослые люди в возрасте 20-29 лет. В общем случае, особо часто заболевают грудные и маленькие дети, пожилые люди и лица с ослабленной иммунной системой.

Что следует соблюдать при заболевании?

- ▶ В период острого заболевания оставайтесь дома и избегайте физических нагрузок.
- ▶ В случае заболевания уделяйте особое внимание гигиене рук. Тщательно мойте руки теплой водой с мылом, особенно после посещения туалета.
- ▶ При сильной диарее и рвоте очень важна компенсация потерь жидкости и электролитов. Это означает, в первую очередь, необходимость много пить.
- ▶ Больной должен принимать легко усваиваемую пищу с достаточным содержанием солей.
- ▶ Для компенсации потерь электролитов может иметь смысл прием т. н. электролитных растворов, которые можно приобрести в аптеке.



Информация о возбудителях заболеваний у людей – гигиена защищает!

Что следует соблюдать при заболевании?

- ▶ Маленькие дети и пожилые люди особо остро реагируют на потери жидкости. Они должны быть осмотрены врачом, особенно если диарея длится более 2 - 3 дней. В случае необходимости, кампилобактериоз лечится антибиотиками.
- ▶ Больные не должны готовить пищу для других людей.
- ▶ Если Вы по долгу службы связаны с определенными пищевыми продуктами, то в случае инфекционной рвоты/диареи Вам временно запрещается выходить на работу.
- ▶ Детям младше 6 лет, у которых обнаружена инфекционная рвота и/или диарея или имеется подозрение на нее, временно запрещается посещать культурно-бытовые учреждения, например, школы или детские сады. Родители обязаны проинформировать культурно-бытовое учреждение о заболевании ребенка. Как правило, разрешается посещать культурно-бытовые учреждения не раньше чем через 2 дня после исчезновения симптомов. Точный срок устанавливает управление здравоохранения. Справка от врача не требуется.

Какие меры защиты можно принять?

Тщательная гигиена кухни: правильное обращение с продуктами питания

Кампилобактеры относительно чувствительны к внешним воздействиям. Они не в состоянии размножаться в продуктах питания. Однако, при известных обстоятельствах, вирусы могут выживать несколько месяцев в свежемороженых продуктах. Они остаются заразными даже после размораживания.

- ▶ Всегда полностью прожаривайте мясо – прежде всего, мясо домашней птицы! Легкого обжаривания не достаточно для уничтожения возбудителей.
- ▶ Сразу же сливайте жидкость, образующуюся при размораживании замороженного мяса птицы и дичи. Промывайте горячей водой все предметы и поверхности, контактировавшие с ней; затем тщательно мойте руки.
- ▶ Не промывайте мясо птицы перед варкой. Таким образом предотвращается распространение возбудителей в кухне через брызги воды.
- ▶ Используйте отдельные кухонные принадлежности для сырых и жареных продуктов питания; после каждого использования тщательно промывайте рабочие поверхности и приборы горячей водой с моющим средством.
- ▶ Часто меняйте кухонные полотенца и тряпки для вытирания и стирайте их при температуре не менее 60°C.
- ▶ Регулярно меняйте ершики для мытья посуды и губки.
- ▶ Грудным и маленьким детям, пожилым людям и лицам с ослабленной иммунной системой не рекомендуется есть продукты из непастеризованного молока или недостаточно прожаренное мясо.
- ▶ Перед употреблением кипятите непастеризованное молоко, поступающее непосредственно от производителя. Отдавайте предпочтение пастеризованному молоку.

Тщательная гигиена рук

Тщательно мойте руки теплой водой с мылом после каждого посещения туалета, а также перед приготовлением пищи и едой! Перед приготовлением пищи и после контакта с сырыми пищевыми продуктами, особенно сырым мясом птицы, уделяйте особое внимание гигиене рук. После мытья тщательно вытирайте руки чистым полотенцем.

Где можно получить информацию?

Дальнейшие консультации можно получить в местном управлении здравоохранения. В связи с тем, что заразные заболевания, сопровождающиеся диареей, подлежат действию Закона о защите от инфекционных болезней, у него имеется информация о текущей ситуации и большой опыт в отношении заболевания.

Дальнейшие советы можно найти на сайте Федерального института оценки рисков (www.bfr.bund.de), а также Федерального управления по охране здоровья потребителей и гарантии чистоты пищевых продуктов (www.bvl.bund.de). Дальнейшую (профессиональную) информацию можно найти на сайте Института Роберта Коха (www.rki.de/campylobacter). Дальнейшая информация о защите от инфекционных болезней посредством гигиены приведена на сайте Федерального центра медицинского просвещения (www.infektionsschutz.de).



STEMPEL

Издатель:

Федеральный центр медицинского просвещения, Кельн.
Все права защищены.

Подготовлено совместно с Федеральным союзом врачей государственной службы здравоохранения, а также по согласованию с Институтом Роберта Коха.

Эту информацию можно бесплатно скачать с сайта www.infektionsschutz.de.