1 2011

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ГРАЖДАН

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

ИНФЕКЦИИ ЕНЕС: соблюдайте правила гигиены

История вопроса

В мае-июне 2011 года в Германии была зафиксирована вспышка инфекции, вызванной кишечными бактериями ЕНЕС (энтерогеморрагическими кишечными палочками Escherichia coli), сопровождаемой тяжелым течением болезни. В то время как обычно в таком случае заболевают дети младше 5 лет, заболевание было отмечено, прежде всего, у взрослых. Федеральный центр медицинского просвещения (BZgA) далее проинформирует Вас о способах передачи и профилактических санитарно-гигиенических мероприятиях.

Что такое ЕНЕС?

Бактерии ЕНЕС представляют собой бактерии группы кишечной палочки, которые могут вызывать заболевания, сопровождающиеся диареей, с опасным для жизни течением. Бактерии встречаются в пищеварительном тракте жвачных животных (например, крупного рогатого скота, овец и коз), при этом животные не заболевают. Возбудители выделяются вместе с экскрементами. Так как бактерии ЕНЕС являются достаточно невосприимчивыми, они могут выживать в окружающей среде в течение нескольких недель.

Как переносится ЕНЕС?

- **О пищевых продуктах**: возбудители могут попасть в молоко или мясо в процессе доения или убоя животных. Посредством загрязнённой воды, а также через удобрения (навоз, перегной) вред может быть нанесён также продуктам питания растительного происхождения, таким как, например, фруктам и овощам.
- **От человека человеку**: люди, заражённые ЕНЕС, выделяют болезнетворные микробы и таким образом инфекции могут передаться другим (инфекции, занесённые втиранием).
- **Через прямой контакт с животными**: например, на сельских усадьбах или в контактных зоопарках.

Весьма вероятной причиной недавней вспышки являются ростки семян пажитника греческого, завезенные из Египта.

Как можно защититься от заражения?

Тщательная гигиена рук и пищевых продуктов понижает риск заражения.

1. **Гигиена рук**:

Регулярное и основательное мытьё рук, а также промежностей между пальцами мылом в течение примерно 20-30 секунд и их тщательное вытирание:

- перед приготовлением пищи,
- перед едой,
- после посещения туалета,
- после контакта с животными.

2. **Гигиена пищевых продуктов**:

- Овощи и фрукты, которые едят в сыром виде, следует основательно мыть или очищать.
- Мясо и фарш жвачных животных поддавать тепловой обработке до необходимой температуры (70°C в течение 10 минут).
- Сырое мясо хранить и готовить отдельно от других пищевых продуктов, разного рода дощечки и ножи использовать также отдельно.
- Отказаться от употребления молочных продуктов в сыром виде, или же хранить их охлаждёнными, а перед употреблением кипятить.
- Поверхности и предметы после контакта с пищевыми продуктами основательно мыть и вытирать.
- Полотенца после приготовления фруктов и овощей, а также сырого мяса по возможности заменять и стирать при температуре как минимум 60°C.

Актуальные рекомендации по употреблению продуктов питания: Для защиты от инфекций, вызываемых кишечной палочкой ЕНЕС, органы федеральной власти рекомендуют не употреблять в сыром виде семена пажитника греческого, а также его ростки. Рекомендация по полному отказу от употребления в сыром виде ростков других растений была отменена 21 июля 2011 года. Имеющиеся в домашних хозяйствах семена пажитника греческого должны быть утилизированы в контейнерах для «остального мусора».

На что необходимо обратить внимание при заболевании?

Если в Вашем доме есть больные, Вы можете уменьшить риск передачи болезни путём соблюдения дополнительных правил:

- Регулярно мойте умывальник и туалет.
- Тщательно очищайте все предметы и поверхности, загрязнённые вследствие дефекации или рвотными массами. При этом используйте резиновые перчатки.
- В процессе уборки используйте одноразовые салфетки, а после уборки выбрасывайте их.
- Стирайте нижнее и постельное бельё, а также полотенца универсальным моющим средством при температуре как минимум 60°C.

Кроме того, для больных и контактирующих с ними лиц в домашнем окружении могут быть полезными дезинфицирующие средства с содержанием спирта.

Полезно знать: Бактерии EHEC могут выделяться в процессе дефекации даже после ослабевания симптомов болезни у ранее больных на протяжении примерно 4 недель. Следовательно: правила гигиены необходимо аккуратно соблюдать также после перенесённой болезни.

Какие жалобы возникают в ходе инфекции?

Инфекция, возбудителем которой является кишечная бактерия EHEC, может протекать бессимптомно. Тем не менее, у большинства заболевших возникает некровянистый, водянистый понос, который может сопровождаться тошнотой, рвотой и болями в животе, реже температурой. Обычно заболевание вылечивается без последствий.

В 10-20 процентах случаев в качестве тяжёлой формы протекания болезни может возникнуть кровянистый понос, сопровождающийся схваткообразными болями в животе и отчасти температурой. Как правило, прежде всего, грудные и маленькие дети, пожилые люди, а также люди с ослабленным иммунитетом чаще заболевают тяжёлой формой. В примерно 5-10 процентах случаев в качестве осложнения инфекции, спровоцированной EHEC, может возникнуть гемолитический уремический синдром - заболевание, которое может проявляться в нарушении свертываемости крови, разрушении красных кровяных телец и острой почечной недостаточности. Кроме того, могут возникнуть неврологические осложнения, в том числе головные боли, речевые расстройства, а также приступы судорог (эпилепсия).

Можно ли вылечить заболевания, возбудителями которых являются кишечные бактерии EHEC?

Возможен единственный вариант лечения симптомов болезни, например, путём возмещения водного баланса вследствие поноса и рвоты: следует обеспечить организм достаточным количеством жидкости. Лечение антибиотиками нецелесообразно. Такая терапия может даже продлить выделение бактерий. В случае наличия гемолитического уремического синдрома применяется мочегонная терапия, а если имеет место почечная недостаточность – диализ.

Когда следует обратиться к врачу?

В случае выявления кровянистых поносов обратитесь к Вашему врачу. Если есть соответствующие подозрения, необходимо произвести последующие шаги, для того чтобы диагностировать болезнь и назначить лечение.

Дополнительная информация

- Институт имени Роберта Коха: www.rki.de
- Федеральный институт оценки рисков (BfR): www.bfr.bund.de
- Федеральное министерство питания, сельского хозяйства и защиты потребителей (BMELV): www.bmelv.de
- Федеральный центр просвещения по вопросам здравоохранения: www.bzga.de

.