

Листерииоза Listeriosis

Шта је листериоза?

Листерииоза је тешко обољење изазвано узимањем хране контаминиране бактеријом *Listeria monocytogenes*. Бактерија листерије често се може наћи у земљи и у сировој храни. Узимање хране која садржи бактерију листерије код већине људи не изазива болест.

Коме највише прети опасност?

Трудницама, новорођенчади, старијим и људима са ослабљеним имунитетом.

Колико често се јавља?

Годишње у Новом Јужном Велсу региструје се обично око 20 до 30 случајева. Иако је листериоза ретка, стопа смртности је веома висока.

Који су симптоми?

Период инкубације (између инфекције и симптома) креће се између три до 70 дана, али у просеку износи око три недеље. Инфекције могу да изазову сепсу (тровање крви), менингитис (упалу опне мозга и кичмене мождине) и побачај код жена које су трудне.

Симптоми укључују: грозницу, болове у мишићима и понекад гастроинтестиналне проблеме као што су мучнина и дијареја. У тежим случајевима, долази до колабирања и стања шока. Ако се инфекција прошири и на централни нервни систем, јављају се симптоми као што су главобоља, укоченост врата, конфузија, губитак равнотеже, конвулзија и кома. Око трећина пацијената умире. Инфекција током трудноће може водити превременом порођају (побачају), инфекцији новорођенчета и рођењу мртвог детета.

Како се преноси?

Моноцитогена листерија *listeria monocytogenesis* је доста раширена у природи, будући да су носиоци бактерије многе врсте домаћих и дивљих животиња. Сирово месо, непастеризовано млеко, сирово воће и поврће могу бити контаминирани бактеријом. Избијање болести се може повезати са некуваним или контаминираним млеком, меким сиревима, готовим салатом (на пример, из бифеа) неопраног сировог поврћа и месних прерађевина, као што је пате.

Лица подложна ризику могу да добију листериозу ако једу храну контаминирану бактеријом листериозе. Неке бебе се рађају са листериозом услед тога што је мајка током трудноће јела контаминирану храну.

Како се листериоза дијагнозира и лечи?

Листериозе се дијагнозира провером крви и другим тестовима. Лечење укључује антибиотике и терапију за јачање организма. Када дође до инфекције током трудноће, антибиотици често могу да спрече инфекцију плода или новорођенчета. Чак и уз веома брз третман, неки случајеви инфекције се завршавају смрћу пацијента. То посебно важи за старије и људе који имају друге озбиљне здравствене проблеме.

Како се спречава листериоза?

Да би сте спречили листериозу:

- добро скувајте храну животињског порекла, као што је говедина, јагњетина, свињетина или пилетина
- добро оперите поврће и воће пре него што их једете
- сирово месо држите одвојено од поврћа, куване хране, већ припремљеног јела (то јест, не смете дозволити да сирово месо дође у додир са другом храном)
- користите засебне даске за сечење када припремате месо и намирнице које су већ спремне за јело (на пример, кувана храна и салате)
- избегавајте непастеризовано млеко или намирнице направљене од непастеризованог млека (на пример, мекане сиреве)
- перите руке пре и после припремања хране
- перите ножеве и даске за сечење после обраде некуване хране
- перите руке после додиривања животиња
- кварљиве намирнице се морају чувати на хладном (испод 5 степени Целзиусових) у фрижидеру и треба их опрати и јести што је пре могуће.

Људи који су више изложени ризику од листериозе не треба да једу:

- готову салату
- претходно исецкано воће
- охлађену пилетину
- сирово месо
- хладне нареске од меса
- пате (месну паштету)
- сирову морску храну
- димљену рибу
- Ђмекане сиреве као што су бри, камембер, рикота или сиреви плавих шар *brie, camembert, ricotta, or blue-vein*
- клице и сирове печурке
- крем сладолед

Даља обавештења – Регионалне здравствене службе **Public Health Units in NSW**

За детаљнија обавештења обратите се свом лекару, здравственој служби **public health unit** или локалном здравственом центру **community health centre** – њихове телефонске бројеве ћете наћи под 'NSW Government' на почетку телефонског именика **White Pages**.

Metropolitan Areas

Central Sydney	9515 3180
South Eastern Sydney	9382 8333
Northern Sydney	9477 9400
South Western Sydney	9828 5944

Western Sydney	9840 3603
Wentworth	4734 2022

Rural Areas

Central Coast	4349 4845
Mid North Coast	6588 2750
Mid Western	6339 5548
Hunter	4924 6477
Illawarra	4255 2200
New England	6766 2288
Northern Rivers	6620 7500
Macquarie	6841 2216
Southern	4827 3428
Greater Murray	6021 4799
Far West	(08) 8080 1499

NSW Department of Health

73 Miller Street
North Sydney NSW 2059
Tel. (02) 9391 9000
Fax. (02) 9391 9101
TTY. (02) 9391 9900

NSW Health website
www.health.nsw.gov.au