

**Közegészségügyi tanácsadás a hasmenéses betegségek megelőzése céljából, különös tekintettel a Shiga toxint termelő *Escherichia coli* (STEC), más néven verotoxint termelő *E. coli* (VTEC) vagy véres hasmenést okozó – enterohemorrhagiás – *E. coli* (EHEC) baktériumra Az Európai Betegségmegelőzési és Járványvédelmi Központ (ECDC) és az Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság (EFSA) közös nyilatkozata, 2011. június 3.**

2011. május 22-én Németország bejelentette, hogy az országban jelentősen megnőtt a hemolitikus urémiás szindrómában (HUS) és a Shiga toxint termelő *E. coli* baktérium (STEC) okozta véres hasmenésben szenvedő betegek száma. Május 22-a óta több mint 400 HUS-esetről és több mint 1000 STEC-esetről érkezett bejelentés. A járványhoz kapcsolódóan további HUS- és STEC-esetekről számolt be több más EU/EGT-tagállam: Ausztria, Csehország, Dánia, Franciaország, Hollandia, Norvégia, Lengyelország, Spanyolország, Svédország és az Egyesült Királyság. A HUS általában az 5 év alatti gyerekek körében fordul elő, a jelenlegi járvány esetében azonban a betegek több mint 80%-a felnőtt, akik között egyértelműen a nők vannak többségben (mintegy 68%). A járvány eredete eddig ismeretlen, jelenleg is széles körű vizsgálatok tárgyát képezi. A német egészségügyi hatóságok gyanúja szerint a baktériumfertőzés okozója valamilyen szennyezett étel lehet, a jelenlegi vizsgálatok a nyers paradicsom, a friss uborka és a friss saláta fogyasztására összpontosítanak. A jelenlegi németországi STEC-járvány esetében a német szövetségi kockázatértékelő intézet (link: [http://www.bfr.bund.de/cm/349/ehec\\_consumers\\_to\\_continue\\_to\\_refrain\\_from\\_eating\\_tomatoes\\_cucumbers\\_and\\_green\\_salads\\_raw.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/349/ehec_consumers_to_continue_to_refrain_from_eating_tomatoes_cucumbers_and_green_salads_raw.pdf)) elővigyázatosságból azt ajánlja a Németország északi részén élőknek, hogy mindaddig tartózkodjanak a nyers zöldségek, például az uborka, a paradicsom és a saláta fogyasztásától, amíg meg nem állapítják a járvány eredetét.

**A STEC, a VTEC és az EHEC jelentése**

Minden ember és állat bélrendszerében megtalálható az *Escherichia coli* (*E. coli*) baktérium, amely a szervezet természetes flórájának része és rendszerint ártalmatlan. Egyes *E. coli* baktériumtörzsek azonban méreganyagokat, más néven toxinokat termelnek. E törzsek neve STEC/VTEC (Shiga toxint vagy verotoxint termelő *E. coli*) vagy EHEC (véres hasmenést okozó – enterohemorrhagiás – *E. coli*), méreganyagaik olyan komoly véres hasmenést okozhatnak, amely egyes esetekben akut, intenzív kezelést igénylő veseelégtelenséggel is járhat. A STEC baktériumnak több különböző törzse létezik, azonosításukkal pontosabban meg lehet határozni egy adott járvány eredetét.

**Hogyan terjed a fertőzés?**

A STEC-fertőzés többnyire szennyezett élelmiszer fogyasztása vagy érintése, vagy fertőzött állattal való érintkezés útján terjed. A baktérium emberről emberre is terjedhet, közvetlen testi kapcsolat útján (családtagok között, óvodákban, idősek otthonában, stb.). A korábbi járványok során számos élelmiszerről állították, hogy az felel a járvány kitöréséért, ilyen volt például a nem kellőképpen hőkezelt marhahús vagy egyéb húsféle, a pasztörizetlen tej, egy sor friss termék (uborka, kelbimbó, spenót, saláta), a

hőkezeletlen almálé és a sajt. A STEC baktériumokból alig néhány is elég egy ember megfertőzéséhez.

### **Hogyan előzhető meg a fertőzés?**

A sok óvintézkedés ellenére előfordulhat, hogy a fogyasztók szennyezett élelmiszerek, különösen nyers vagy nem kellőképpen hőkezelt ételek révén fertőző ágensekkel találkoznak. Mindazonáltal némi odafigyeléssel csökkenteni lehet a fertőző élelmiszerekkel, állatokkal vagy emberekkel való érintkezés okozta megbetegedés kockázatát. A fogyasztók az alábbi élelmiszer-kezelési és kézhigiéniai tanácsok betartásával jelentősen csökkenthetik a fertőzés kockázatát.

Megfelelő személyes kézhigiénia

- Kezét alaposan mossa meg szappannal, gondosan öblítse le, majd szárítsa meg eldobható törülközővel vagy textil törülközővel (utóbbit rendszeresen, 60°C-on mosva):
  - o az élelmiszerek elkészítése, felszolgálása vagy elfogyasztása előtt,
  - o vécéhasználat vagy pelenkacsere után,
  - o nyers zöldség, nyers gyökér vagy nyers hús érintése után,
  - o haszonállatok érintése vagy mezőgazdasági üzemben tett látogatás után,
  - o háziállatok ürülékének eltávolítása után.

Élelmiszerkezelés

- Hasmenéses vagy hányásos megbetegedésben szenvedő személy ne vegyen részt élelmiszer feldolgozásában.
- A húsféléket, beleértve a darált húst is, alaposan át kell sütni/meg kell főzni.
- Fogyasztás vagy feldolgozás előtt minden héjas gyümölcsöt meg kell hámozni, majd folyó vízben le kell öblíteni.
- Minden zöldséget alaposan meg kell mosni folyó vízben, különösen azokat, amelyeket fogyasztás előtt nem főznek meg.
- Minden gyökérzöldséget meg kell hámozni és folyó vízben le kell öblíteni.
- A zöldség és a hús alapos sütése/főzése elpusztítja a kórokozó baktériumokat és vírusokat.
- Kerülje el a keresztszennyeződést: vigyázzon, hogy a baktériumok ne kerülhessenek át a nyers élelmiszerekről a fogyasztásra kész vagy megfőzött/megsütött élelmiszerekre – használjon külön vágódeszkát a nyers húshoz és a megfőzött/megsütött húshoz vagy a friss zöldségekhez, a vágódeszkát pedig mindig mossa le mosogatószerrel a nyers és a fogyasztásra kész élelmiszerek kezelése között.

Az élelmiszerkezeléssel kapcsolatban még több információt találhat az Egészségügyi Világszervezet „Five keys to safer food” (5 lépés az élelmiszerbiztonsághoz) című weboldalán: <http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/5keys/en/>.

### **Ha jelentkeznek a fertőzés tünetei:**

Ha Ön nyilvános étkeztetéssel foglalkozó konyhán dolgozik és hasmenéses tüneteket észlel magán, keresse fel üzemorvosát és ne folytassa az élelmiszerek kezelését. Ha minden óvatosság ellenére véres hasmenés tüneteit észleli magán, forduljon orvoshoz. Hasmenéses tünetek esetén különösen figyeljen oda a kézhigiénéjére; kezét minden vécéhasználat után azonnal mossa meg szappannal és öblítse le folyó vízben.