

INFECTIA CU E. COLI

Intrebari frecvente si masuri de precautie

Ce inseamna STEC/VTEC/EHEC ? Exista un risc daca sunt prezente in alimente?

Toti oamenii si animalele sunt purtatoare de bacteria numita E.coli in intestinele lor. Totusi sunt tulpini de E.coli capabile sa produca toxine. Aceste tulpini sunt numite STEC/VTEC (E. coli producatoare de toxina Shiga sau verotoxina) sau EHEC (E.coli enterohemoragica), iar toxinele lor au potentialul de a produce diaree sanguinolenta severa, care, in unele cazuri conduce la insuficienta renala acuta care necesita terapie intensiva. Exista cateva tulpini diferite de STEC a caror identificare poate fi utila pentru stabilirea cu mai multa precizie a sursei unei anumite epidemii.

Cum ma imbolnavesc?

Transmiterea infectiei STEC se face in principal prin ingerarea sau manipularea hranei contaminate sau contactul cu animalele infectate. Mai departe, transmiterea interunama (de la om la om) este posibila prin contact apropiat (familie, gradinite, institutii de ingrijire a batranilor etc.). O mare varietate de alimente au fost implicate ca surse de infectie in epidemii anterioare: carne de vita si alte tipuri de carne insuficient preparata termic, lapte nepasteurizat, produse proaspete (castraveti, salata, spanac, etc.), suc de fructe nepasteurizat si branza.

Cum pot sa evit imbolnavirea ?

In mod specific in cadrul recenteii epidemii cu E.coli din Germania, recomandarile guvernului german au fost de a evita consumul de vegetale proaspete (castraveti, rosii si salata verde) in zona afectata pana ce sursa de infectie va fi identificata.

In ciuda numeroaselor masuri de precautie luate, consumatorii pot fi expusi la agentii infectiosi prin hrana contaminate in special cea cruda sau insuficient preparata termic. Exista citeva precautiuni simple care pot fi aplicate pentru reducerea riscului de imbolnavire prin consumul de alimente potential contaminate, sau prin contactul cu animale sau persoane bolnave.

Consumatorii pot reduce riscul de imbolnavire in propria casa prin respectarea unor reguli simple de igiena si manipulare a alimentelor.

Reguli de igiena personala a mainilor:

- Spala bine mainile inainte de a prepara, servi sau manca alimentele
- Spala bine mainile dupa folosirea toaletei sau schimbarea scutecelor
- Spala bine mainile dupa manipularea vegetalelor sau a carnilor crude
- Spala bine mainile dupa contactul cu animale sau dupa vizitarea unei ferme

Manipularea alimentelor

- Orice persoana cu diaree sau voma ar trebui sa nu manipuleze alimentele
- Toate fructele si legumele sa fie bine spalate, mai ales cele care se vor consuma in stare cruda
- Curatati toate radacinoasele si fructele cu coaja inainte de consum

Prin prepararea termica a vegetalelor si carniilor toate bacteriile si virusii ce pot determina imbolnavirea sunt distruse.

Evitati contaminarea incrucisata a alimentelor crude cu cele preparate termic si gata pentru consum, de exemplu folosind plansete diferite pentru taiatul carniilor crude si al celei preparate termic sau pentru vegetalele crude si cele preparate termic sau spalarea plansetei cu detergent dupa utilizarea alimentelor crude.

Sursa: Declaratie comuna a Centrul European pentru Prevenirea si Controlul Bolilor (ECDC) si Autoritatea Europeana pentru Siguranta Alimentelor (EFSA), 1 iunie 2011

Traducere CNSCBT