



Лістеріоз – це інфекційне захворювання, спричинене мікроорганізмами лістерія моноцитогенес. Ці бактерії широко розповсюджені у природі, їх знаходять у ґрунті, піску, воді. Резервуар лістерій – досить великий: це можуть бути дикі гризуни, сільськогосподарські тварини (особливо вівці і свині), домашні і дикі тварини (бродячі коти і собаки), а також дикі птахи, в тому числі голуби. Продукти харчування – молоко, м'ясо, риба, овочі, фрукти для збудника – просто відмінне живильне середовище для росту мікроорганізмів. У Центрі громадського здоров'я зазначили, що зараження людини може відбуватися при контакті з інфікованими тваринами та птахами, доглядом за ними, при вживанні м'ясної чи рибної продукції без термічної обробки (сире молоко, сирокочені ковбаси, сир, особливо придбаний на стихійних ринках), через овочі і фрукти. Причому кількість лістерій у забруднених продуктах харчування може бути набагато більша, ніж у зовнішньому середовищі. Від людини до людини лістерії можуть передаватися фекально-оральним шляхом, тому дуже важливо дотримуватись правил гігієни і ретельно мити руки. Хвороба характеризується ураженням центральної нервової системи, септичними проявами, абортами, маститами або перебігає у формі безсимптомного носійства.

За першими симптомами вона схожа на харчове отруєння. У випадку прогресування хвороби страждає центральна нервова система (головний мозок). Для літніх людей, осіб із ослабленим імунітетом, маленьких дітей та вагітних жінок наслідки можуть бути летальними. Тому важливо звернутись до лікаря, якщо у вас з'явилися ознаки харчового отруєння: слабкість, озноб, підвищена температура, діарея, блювота. Іншою формою хвороби може бути ангінозно-септична, яка нагадує ангіну. У разі ураження нервової системи з'являються ознаки менінгіту, менінгоенцефаліту або абсцесу мозку. Небезпечна бактерія може бути у м'ясі, рибі, овочах, фруктах, воді відкритих водойм, ґрунті, піску, молоці, на посуді .носія чи хворого (в тому числі на дверних ручках, меблях, унітазі, яких торкався хворий або носій).

В Україні у 2018 році зафіксовано 2 випадки захворювання на лістеріоз. Перший – у Львівській області, захворіла жінка 1999 р.н. на ангінозно-септичну форму лістеріозу, після лікування в стаціонарі одужала. Другий випадок – летальний, чоловік 1949 р. н. у Києві помер у липні 2018 року від лістеріозу з ураженням тканини головного мозку. Із 2007 по 2017 рік в Україні зареєстровано 22 випадки лістеріозу. Із них 11 – в 2017 році. Шестеро хворих померло, із них четверо – новонароджених дітей.

В області захворювання на лістеріоз не реєструються. ДУ «Черкаський обласний лабораторний центр МОЗ України» досліджено 528 проб (м'ясо, молоко, риба, овочі, дитяче харчування) та 128 гризунів, збудник лістеріозу не виявлявся.

На щастя, сприйнятливість до лістерій у людей невисока. Наша імунна система вміє боротися з цими бактеріями, не допускаючи розвитку хвороби. Захворювання в основному вражає людей зі зниженим імунітетом. Це можуть бути хворі на СНІД та цукровий діабет, особи, які отримують хіміо- і гормональну терапію, люди похилого віку, діти першого року життя, вагітні жінки. Імовірність розвитку лістеріозу у вагітних жінок приблизно в 20 разів вище, ніж у інших дорослих людей. А у хворих на ВІЛ/СНІД ризик того, що при зустрічі з лістеріями розвинеться лістеріоз, вищий у 300 разів.

З метою профілактики зараження містеріями необхідно:

- всі продукти харчування піддавати належній термічній обробці (варіння, смаження, запікання), яка на 100% знищує лістерії.;

- при вживанні сирих овочів і фруктів ретельно їх промивайте, адже лістерії можуть бути на їх поверхні;

- не вживати пошкоджені овочі і фрукти (падалиця, тріщини, розломи) – лістерії, якщо вони були, можуть проникнути всередину;

- розігрівання у мікрохвильовій печі, бланшування, розморожування при кімнатній температурі не вбиває мікроорганізмів;

- мити овочі і фрукти потрібно відразу, як ви принесете покупку додому.;
 - не можна різати варені овочі для салату на дошці, де тільки що розрізали сире м'ясо;
 - сирі та готові продукти не можна зберігати на одній полиці в холодильнику, особливістю лістерій є їх здатність розмножуватися у харчових продуктах навіть в холодильнику і морозильній камері
- Дотримання цих простих заходів безпеки дозволить звести до мінімуму ризик зараження лістеріозом.