

## Лето - период желудочно-кишечных инфекций |

Author: Елена Ткачук, [Женева](#) , 14.07.2009.



Аппетитно, но... чревато!

Сезон пикников способствует росту желудочно-кишечной инфекции, вызываемой бактерией рода кампилобактер (*Campylobacter*).

В последние несколько недель волна желудочно-кишечных инфекций охватила Швейцарию. Виной этому стала бактерия рода кампилобактер (К). Федеральная служба здравоохранения зафиксировала уже 297 случаев заболевания, что более чем в два раза превышает статистику за тот же период в 2008 году. По последним данным, каждая неделя приносит около 50 новых случаев. Только с начала года санитарные службы зафиксировали 3 241 инфекций. Каждый год статистика растет. Так, в 2008 г. было выявлено 7 885 случаев, что значительно выше чем в предыдущих - в 2007 г. их было 6 056, а в 2006 - 5 334. Но и эти данные занижены: на самом деле, инфицированных гораздо больше, просто многие не обращаются к врачу.

Кампилобактер, наверное, самая распространенная бактерия, вызывающая желудочно-кишечную инфекцию у человека. На сегодняшний день известны более 16 видов и подвидов этих бактерий, но для нас «интерес» представляют всего две из них. При температуре более 60° они гибнут спустя 1 мин, это также происходит и при хлорировании, и при кипячении воды. Источником возбудителя являются в первую очередь теплокровные животные - дикие и домашние (собаки и кошки), а

реже и сам человек. Преимуществом обладают те животные, которых мы обычно употребляем в пищу, - как домашняя птица, свинина, телятина. В более экзотических регионах ими могут явиться страусы и различные морские особи. Главным путем передачи инфекции служит пища: сырые, плохо прожаренные продукты и молоко, а также зараженная вода. «Бактерии рода К провоцирует гораздо больше инфекций, чем всем известный сальмонеллез. Эта инфекция передается не только через прикосновение к сырому или плохо прожаренному мясу или при его употреблении», - объясняет пресс-атташе Федеральной ветеринарной организации (OVF) Марсель Фальк, - «Ей можно заразиться и во время зарубежной поездки, и при контакте с домашними животными.»

Клиническая картина кампилобактериоза характеризуется диареей, иногда с примесью крови, и сопровождается болями в животе, тошнотой, рвотой, а иногда и повышенной температурой тела. Инкубационный период длится от 1 до 10 дней. Симптоматика исчезает достаточно быстро. У ослабленных людей инфекция может протекать остро, но и выздоровление происходит спонтанно через несколько дней. Летальный исход и осложнения являются большой редкостью.

Лечения как такового не существует. Как и при любой другой интоксикации, в течении первых суток следует воздержаться от приема пищи, но при этом пить много воды, богатой электролитами и глюкозой. Впоследствии в рацион должны быть включены пробиотики, чтобы восстановить нарушенную кишечную флору. К слову сказать, малые дозы пробиотиков рекомендуется употреблять каждый день. Так, ежедневный прием Actimel от Danon обеспечит постоянный комфорт Вашего кишечника и предотвратит вздутие. Антибиотики могут быть назначены лишь в тяжелых случаях.

Чаще всего кампилобактериоз возникает в летнее время, известное своими пикниками и прочими трапезами на свежем воздухе. Вот почему именно сейчас швейцарские санитарные службы рекомендуют внимательно соблюдать основные правила в приготовлении сырых продуктов, в частности, птицы. Мясо птицы ни в коем случае не должно иметь розовый оттенок и должно хорошо отделяться от кости.

Требуется очень мало микробов, чтобы спровоцировать эту инфекцию. К счастью, она полностью исчезает при хорошем прожаривании продуктов. Поэтому рекомендуется хорошо прожаривать мясо и остерегаться перекрестной передачи, предохраняя продукты, готовые к употреблению, от сырого мяса.

Любителям китайского фондю предлагается подавать мясо на отдельном подносике, чтобы оно не соприкасалось с соусами или уже готовым мясом. И, наконец, рекомендуется тщательно вымыть руки после того, как Вы были в контакте с сырым мясом. По возможности носите тонкие прозрачные перчатки для готовки, которые можно выбросить после употребления. Храните сырое мясо в морозильнике тщательно упакованным. Избегайте употребления сырого молока или продуктов на его основе, пейте только пастеризованное или кипяченое молоко. Будьте осторожны со льдом или будьте уверены, что он был приготовлен из чистой воды. Помните, что даже после минимального контакта с домашними животными рекомендуется вымыть руки с мылом. А сырые овощи и фрукты лучше очищать от кожуры.

Каким образом возникают инфекции, передающиеся через продукты питания? Одна из основных причин - глобализация продуктов питания, содержащих

микроорганизмы. Частые путешествия и миграция сталкивает нас подчас с нехарактерными для нашего региона формами бактерий и «делают» нас носителями. К этому прибавляется все более частое питание вне дома, в местах, где правила гигиены оставляют желать лучшего.

Сегодня никто не защищен от кампилобактериоза. Современное законодательство не предусматривает сокращения продаж продуктов, инфицированных К, т.к. все они подлежат хорошему прожариванию. В настоящий момент методы, позволяющие эффективно защитить Вашу пищу, заключаются в бактерицидной обработке продуктов, облучении, а также тепловой обработке - жарке или пастеризации. Первые два способа, к сожалению, остаются невыполнимыми в домашних условиях.

Швейцарская Федеральная санитарная служба внимательно, в соответствии с рекомендациями ВОЗ, наблюдает за ситуацией в кантонах и готова принять дополнительные меры предосторожности при значительном увеличении числа новых случаев. В декабре 2008 года в Берне была создана рабочая группа, состоящая из сотрудников Федеральной службы здравоохранения и Федеральной ветеринарной службы. Ее главная задача - изучение причин частого возникновения кампилобактериоза и способов его устранения. К сожалению, большая частота К и множество «темных пятен» в изучении этой инфекции с научной точки зрения мешают выработать стратегию по предупреждению этой инфекции в продуктах питания как для потребителей, так и для производителей. Установленные правила помогают снизить заболеваемость, но не полностью избежать ее. В будущем необходимо пересмотреть каждую стадию цепи создания продуктов питания: от их первичного изготовления до эксплуатации и приготовления продуктов в коммерции и в домашних условиях. А вот чтобы сократить микробиологическое потребление хотя бы на минимальном уровне, необходимо прежде всего изучить правила обращения с сырыми продуктами животного происхождения.

[Швейцария](#)

---

**Source URL:**

<https://nashagazeta.ch/news/sante/leto-period-zheludochno-kishechnyh-infekciy>