**Листериоз**

За истекший период 2014 года среди жителей столицы зарегистрировано несколько случаев такого редковстречающегося заболевания как листериоз. В связи с этим целесообразно обратить внимание на основные моменты, касающиеся данной инфекции.

***Что такое листериоз? Как им можно заразиться?***

Листериоз – инфекционная болезнь человека и животных. Возбудитель листериоза широко распространен во внешней среде. Размножается в почве, воде, молоке, мясе, силосе. Листериоз встречается повсеместно, вне зависимости от климатических условий региона и образа жизни людей.

Источником инфекции являются различные грызуны (обыкновенные полевки, водяные крысы, домашние мыши и др.), а также зайцы, лисы, белки, олени, домашние животные и птицы. У животных болезнь часто протекает в виде стертых или бессимптомных форм с переходом в длительное носительство, которое сопровождается выделением листерий со всеми секретами организма - фекалиями, мочой, молоком, слюной, носовыми выделениями. Среди животных возбудитель передается преимущественно алиментарным путем, т.е. при употреблении зараженных кормов, зерна.

Люди заболевают достаточно редко. Несмотря на относительно невысокую заболеваемость листериозом, при этой инфекции возможен неблагоприятный исход.

Сезонность не характерна, но инфицирование людей чаще наблюдается весной и летом. Преимущественно болеют сельские жители (ветеринары, животноводы и др.). Заболеваемость наблюдается во всех возрастных группах. После перенесенной болезни формируется иммунитет.

Заражение человека происходит чаще алиментарным путем, т.е. при употреблении недостаточно термически обработанных молока, мяса. В большинстве случаев листерии накапливаются в продуктах питания, с которыми они затем проникают в организм человека.

Возбудитель листериоза сохраняет способность к размножению при температуре +4 - +6 ºС, поэтому хранение пищи в холодильнике не приводит к снижению количества листерий. Недостаточно эффективны и солевые растворы, которые применяются для консервирования овощей, мяса и молочных продуктов. Инфекцию могут вызвать единичные возбудители, сохранившиеся при недостаточной варке или жарке пищи. С особым вниманием стоит относиться к готовке мясных полуфабрикатов, мягких сыров и птицы, салатов из сырой капусты, так как они могут быть факторами передачи листериоза.

Возможен контактный путь заражения при обработке туш животных, а также заражение при вдыхании частиц пыли, в которых содержится возбудитель при уборке помещений, где находились животные, обработке шерсти, шкур, пуха, перьев. Описаны случаи заражения плода от матери в случае заглатывания им инфицированных околоплодных вод. Второстепенное значение имеет трансмиссивный путь передачи листериоза через укусы клещей и др. Случаев инфицирования от человека к человеку не описано.

***Как проявляется заболевание?***

Инкубационный период (т.е. период от момента попадания возбудителя в организм до появления симптомов заболевания) длится 3-45 дней (чаще 18-20). Все формы листериоза начинаются остро, с озноба, повышения температуры тела, головной и мышечных болей. Возможны тошнота и рвота, боли в животе, ангина, конъюнктивит. Довольно часто появляется сыпь.

Кроме того, у пациентов с листериозом нередко отмечаются признаки поражения центральной нервной системы, проявляющиеся в виде воспаления головного мозга, мозговых оболочек или же их сочетаний. В таких случаях листериоз у беременных женщин и детей сопровождается расстройствами координации и судорогами.

Непосредственно для будущих мам заболевание неопасно, но оно крайне негативно влияет на развитие плода, особенно на поздних стадиях беременности. По этой причине при симптомах листериоза диагностика у беременных женщин должна проводиться как можно более тщательно, чтобы опровергнуть или, наоборот, подтвердить факт присутствия листерий в организме.

Несмотря на совершенствование медицинских технологий и появление новых препаратов, лечение листериоза практически полностью зависит от того, насколько вовремя обнаружена болезнь.

***Какие существуют рекомендации по предупреждению заболевания?***

Профилактика листериоза представляет собой комплекс хозяйственных, санитарных, ветеринарных и медицинских мероприятий и включает выявление и изоляцию больных животных, если нужно - лечение их, проведение дезинфекции, дератизации, проведение мероприятий по охране благополучных хозяйств от заноса инфекции, недопущения детей и подростков, а также беременных женщин к уходу за больными животными.

Кроме того, следует помнить, что сырой фарш, бифштексы с кровью, шашлыки и другие мясные блюда, недостаточно термически обработанные, могут стать причиной заражения листериозом.

Что касается салатов из сырых овощей, определены правила их приготовления: тщательно обработайте свежую капусту, морковь, репчатый лук при их приготовлении. После очистки и мытья опустите капусту в кипяток на 1-2 минуты, при этом кочаны капусты перед бланшировкой разрежьте на 2-4 части. Редис, листовую зелень, лук зеленый тщательно переберите, замочите в большом количестве воды, чтобы осели частицы земли и песка, затем промойте под проточной холодной водой, а затем в охлажденной кипяченой воде, редис - ошпарьте. Заправляйте салаты из овощей непосредственно перед употреблением.

Соблюдение элементарных правил личной гигиены и безопасного приготовления пищи, снизит риск заражения листериозом.

Препараты для специфической профилактики листериоза (вакцины) в настоящее время не разработаны.