

КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ E.COLI

Мерки за профилактика на инфекциите, причинени от образуващите Shiga токсин E.coli (STEC), серотип O104:H4*

През месец май 2011 г. в Германия е установено значително увеличение на случаите на инфекция, причинена от образуващи Shiga токсин E.coli (STEC), серотип O104:H4*

От 10 до 15 % от STEC инфекциите протичат тежко и много малка част от тях фатално. До скоро се считаше, че заразяването става чрез консумацията на зеленчуци (домати, краставици или салати), замърсени с бактерията (2 случая на E.coli серотип O104:H4). Последните лабораторни изследвания, обаче не дават такива доказателства.

Обикновено рискът от заразяване при консумация на плодове и зеленчуци е по-малък в сравнение с консумацията на животински продукти. На фона на създалата се епидемична обстановка през май 2011, потребителите трябва да спазват някои правила, за максимално намаляване риска от заразяване.

Как става заразяването със STEC чрез плодове и зеленчуци?

По правило заразяването става орално, чрез храната и водата. Колибактериите често биват приемани при консумацията на храни, които са замърсени със STEC. По такъв начин инфекцията може да бъде причинена от замърсени плодове и зеленчуци.

Как се замърсяват плодовете и зеленчуците?

Плодовете и зеленчуците могат да бъдат замърсени при поливане със замърсена със STEC вода или чрез естествен тор. Също така, бактерията може да бъде пренесена при обработката на храната, когато замърсената най-често храна (например месо) има достъп до друга, предимно готова за консумация (например салата). Бактерията също може да бъде и пренесена чрез пряк контакт между храните по време на тяхното приготвяне. Възможно е и пренасянето на инфекцията да става с ръце, кухненски плотове, съдове, ножове и други предмети в кухнята. Това е възможно и когато с кухненския нож бъде нарязано сурово месо и след това салата. (бел. ред. – именно затова в заведенията за обществено хранене строго се следи за разделното съхранение и обработка на различни групи храни).

Как става предпазването от заразяване чрез плодове и зеленчуци?

По принцип спазването на добра лична хигиена намалява риска от заразяване. По отношение на плодовете и зеленчуците, трябва да се взимат следните мерки:

- Ръцете трябва да се мият с вода и сапун преди приготвянето на храната и след контакта със сурово месо и неизмити зеленчуци.
- Суровото месо трябва да се съхранява и приготвя отделно от други храни (напр. зеленчуци), също така, при приготвянето на скара, трябва да се използват отделни дъски за рязане, чинии, щипки за скара.
- Плодове, зеленчуци и други храни били в контакт с продукти, за които има съмнение, че са контаминирани (напр. зеленчуци), не трябва да бъдат консумирани сурови. Възможно е да е имало контакт между различните видове храни.
- Повърхностите, които са имали контакт със сурово месо, опаковките или кондензната вода, трябва незабавно да бъдат почистени с топла вода и измиващ препарат.
- Суровите плодове и зеленчуци трябва да бъдат добре измити преди консумация (поне 30 секунди интензивно, по възможност с топла вода и изтривани с ръце), а ако това позволява и обелени.

Измиването и обелването значително намаляват микробната контаминация и риска от контаминация. Въпреки това този процес не елиминира напълно бактериите.

Как може да бъде обезвредена STEC ?

Бактерията може да бъде унищожена чрез топлинна обработка, като готвене, пържене и задушаване на суровините и храните. При 70 °C, бактерията може да бъде унищожена за 2 минути. Въпреки това, обаче, бактерията е изключително устойчива на други влияния като киселини, ниски температури и изсушаване. Дълбокото замразяване не е надежден начин за унищожаване на бактерията.

Патогенните причинители обикновено не оцеляват при топлинната обработка при консервирането на храните. При някои консервирани храни, като кисели краставички, ниското рН и съдържанието на сол, по правило осигурява достатъчно консервиране.

Термично необработените, не добре измити зеленчуци, като пакетирания салата, също може да бъдат контаминирани със STEC.

* Този материал е публикуван от FederalInstituteForRiskAssessment, Germany, Berlin, Thieallee 88-93, D-14195 Berlin, Основна и детайлна информация относно STEC е представена в сайта на BfR "Предпазване от инфекция с ентерохеморагична E coli", www.bfr.bund.de.

Редакция: Център за оценка на риска към Българска агенция по безопасност на храните