



Kérdezz-felelek a Campylobacter okozta megbetegedésekről

Az élelmiszer eredetű megbetegedéseket Magyarországon leggyakrabban a Salmonella és Campylobacter baktériumok okozzák.

A kampilobakteriózis fertőzésekért többnyire a baromfihúsból készült, nem megfelelően tárolt vagy hőkezelt, illetve a nyers baromfi által szennyezett ételek felelősek.

A betegség a higiénés szabályok betartásával és az élelmiszerek megfelelő hűtésével, alapos átsütésével, főzésével megelőzhető.

Mi a kampilobakteriózis, és hogyan történik a fertőzés?

A kampilobakteriózist a Campylobacter baktériumok okozzák. A megbetegedéshez a baktériumnak a szájon keresztül a szervezetbe kell jutni. Ez történhet nem megfelelően előkészített, tárolt élelmiszer útján vagy szennyezett kézzel, ivóvízzel, élelmiszerek fogyasztása, fertőzött állatokkal való közvetlen érintkezés útján. A fertőzés forrása a beteg vagy tünetmentes fertőzött házi és vadon élő állat, leggyakrabban a csirke.

A fertőzés beteg embertől, vagy házi kedvenc-től (kutyától, macskától) is származhat, egyes kutatások szerint rovarok is közvetíthetik.

Hogyan kerül az ételbe a Campylobacter?

A baktérium az élővilágban nagyon gyakori, az egészségesnek látszó élőlények (elsősorban szárnyasok) bélrendszerében is előfordul. A kórokozó a beteg, vagy tünetmentes fertőzött személy vagy állat székletével, ürülékével kerül a külvilágba. A Campylobacter fajok terjesztésében a nyers, vagy nem eléggé átsült baromfi-hús, a hőkezelés nélkül fogyasztott tej, elvéve az ivóvíz vagy környezetből eredő szennyeződések játszik szerepet. A szarvasmarha és a sertés húsának fertőzöttsége alacsonynak tekinthető. A tej hőkezelés (forralás, pasztörözés) nélküli fogyasztása („nyerstej”) azonban komoly fogyasztói kockázatot jelent. A tojás általában nem szennyezett ezzel a baktériummal. Ételeinkre leggyakrabban a nyers baromfihúsról eredő keresztszennyeződésként, kéz, eszköz, edény, munkafelület közvetítésével kerül rá.

Milyen tünetei vannak a betegségnek?

A betegség lappangási ideje 1-10 nap, rendszerint 2-5 nap. A legtöbb fertőzés tünetmentesen zajlik le, de egészen súlyos megbetegedést is gyakran okoz. Tünetei a láz, hasi (görcsös) fájdalom, hasmenés, mely akár véres is lehet. A hányinger gyakori, de a hányás ritka. A hasi fájdalom olyan erős lehet, hogy akár vakbélgyulladás, hashártyagyulladás gyanúját is keltheti. A fertőzés iránt a kisgyermek a legfogékonyabbak, a legtöbb fertőzés a két év alatti korosztályt érinti. A betegség tíz napig is elhúzódhat, és időnként visszaesések tapasztalhatók, főleg felnőttek között. Súlyos esetekben izületi vagy idegrendszeri szövődmények is kialakulhatnak.

Hogyan lehet a megbetegedést megelőzni?

A Campylobacter baktériumokat csak az alapos sütés-főzés pusztítja el. Ezért az étel csak akkor fogyasztható biztonsággal, ha az teljes egészében felforrt, vagy ételhőmérvél ellenőrizhetően belsejében is elérte a 75 °C-ot. A nyers tejet mindig forraljuk fel! A megmaradt ételt minél hamarabb le kell hűteni, és hűtőbe kell tenni (legfeljebb 5 °C fok). A Campylobacterek általában nem képesek az élelmiszerben szaporodni, azonban ott életben maradnak. Ezért nagyon lényeges, hogy fogyasztás előtt az ételmaradékokat újra át kell forrósítani, nem elég csak megmelegíteni.

Nagyon fontos a nyersanyagok (főleg a nyers húсок) és a késztermékek elkülönítése. Legáltalában ilyen fontos a gyakori kézmosás. Mindig mosson kezet, mielőtt ételkészítésbe kezdene, és amikor befejezte a nyersanyagok (húсок) előkészítését. Állatok gondozása, simogatása után, étkezés előtt is mosson kezet! Ne engedje be a kutyát, macskát a konyhába!

Mi a teendő megbetegedés esetén?

A betegség lefolyása, időtartama, súlyossága változó, azonban a betegek többsége gyógyszeres kezelés nélkül meggyógyul. A megbetegedés a kisgyermekekre, idősek-re, legyengült szervezetűekre különösen veszélyes lehet. Ha a fenti tüneteket észleli magán, mindenképpen forduljon orvoshoz!

Ha valaki beteg, vagy vele egy háztartásban élő személy megbetegedett, különösen ügyeljen az alapos kézmosásra, kézfertőtlenítésre. Lázás, hasmenéses beteg ételkészítéssel, ételfelszolgálással ne foglalkozzon, nehogy másokat is megfertőzzön!