

Листериоз – это опасное для жизни инфекционное заболевание, вызываемое бактерией *Listeria monocytogenes*, характеризуется полиморфизмом клинических проявлений, высокой летальностью у новорожденных и лиц с иммунодефицитами.



Распространению листериоза способствует широкомасштабная хозяйственная деятельность человека, связанная с возделыванием почвы, строительством животноводческих комплексов.

Листерия, она же *Listeria monocytogenes*, — бактерия, которая имеет форму короткой палочки со жгутиками. Листерия не строго анаэробная: ей не требуется для жизни кислород, но при этом она также способна существовать в его присутствии. Хорошая среда для обитания листерий — почва, силосные ямы и кучи, водоёмы со стоячей водой.

Бактерия обладает высокой устойчивостью во внешней среде. Она способна расти при температуре от 1 до 45 °С и может активно размножаться в пищевых продуктах при температуре бытового холодильника.

Источником инфекции служат дикие и домашние животные, птицы, а также синантропные грызуны (домовая и полевая мыши, крысы): с их экскрементами бактерии попадают в почву, воду и на растения. Листериоз встречается у коз, овец, коров, свиней, кур, гусей, уток. Поэтому человек заражается чаще всего при употреблении в пищу мяса или молочных продуктов.

От собак и кошек тоже можно заразиться листериозом, если бактерии с грязных рук (например, после уборки кошачьего лотка) попадут в рот.

Листерии проникают в организм человека через желудочно-кишечный тракт, органы дыхания, слизистые оболочки, поврежденную кожу, а также плаценту.

Заражение человека происходит в результате:

- употребления в пищу инфицированных продуктов животного происхождения (молочные продукты, мясные продукты, птицеводческая продукция), овощей и фруктов, морепродуктов, употребляемых в пищу в сыром или термически недостаточно обработанном виде;

- вдыхания пыли, контаминированной возбудителем;
- контакта с больными или носителями листерий животными;

Люди обладают невысокой естественной восприимчивостью к листериозу. Заболевание развивается преимущественно у лиц с ослабленным иммунитетом, пожилого или раннего детского возраста. У большинства людей листериоз не вызывает никаких проявлений либо протекает в лёгкой форме и напоминает гриппоподобное заболевание или гастроэнтерит. Бессимптомными носителями листерий выступают 2–20% людей.

Инкубационный период листериоза может составлять от нескольких дней до полутора месяцев, основными проявлениями являются симптомы катаральной или фолликулярной ангины. Такая форма листериоза имеет благоприятный прогноз, излечивается через 5-7 дней. Ухудшение прогноза отмечается при развитии формы заболевания с поражением нервной системы (могут быть последствия в виде расстройства функции центральной нервной системы и периферической иннервации, угроза летального исхода), при беременности (вероятность прерывания беременности и врожденного листериоза плода). Неблагоприятный прогноз имеет заболевание у детей первого года жизни, лиц старческого возраста и больных с иммунодефицитом.

В качестве индивидуальной неспецифической профилактики листериоза рекомендуется:

- Подвергать продукты (мясные, молочные, рыбу и морепродукты) тщательной тепловой обработке.
- Овощи и фрукты с жёсткой кожурой (морковь, свёкла, дыня) необходимо мыть с щёткой под теплой проточной водой, счищая кожуру.
- Внимательно читать указанную на упаковке информацию о сроке годности и температуре хранения готовых продуктов и следовать этим указаниям.
- Следить за чистотой в холодильнике: регулярно мыть холодильник, своевременно утилизировать продукты с истекшим сроком годности.
- В процессе приготовления и хранения пищи отделять готовые продукты от сырых.
- Рекомендуется избегать употребления непастеризованного молока, или продуктов, приготовленных из него: например, мягких сыров и мороженого.
- При обнаружении следов жизнедеятельности грызунов провести дератизационную обработку.

При первых признаках заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу!