

Listerióza

radý a doporučení

Listeriózu způsobuje malá grampozitivní bakterie *Listerie monocytogenes*, která se vyskytuje v několika sérotypech a je poměrně odolná vůči zevním vlivům. Zdrojem nákazy jsou různé druhy zvířat, např. různí savci, ptáci ale i korýši. Bakterie se vyskytuje v odpadních vodách, půdě ale i ve výkalech zvířat. Zdrojem může být také nemocný člověk, ale i zdravý bacilonosič. Vstupní branou infekce je trávicí ústrojí, ale také porušená kůže a dýchací cesty. K nákaze může dojít rovněž transplacentárně cestou, z těhotné na plod. Inkubační doba u tohoto onemocnění kolísá od 3 do 70 dnů. Tato bakterie je typická tím, že se dobře množí i v chladném prostředí. Onemocnění je častější u osob s oslabenou imunitou a u gravidních žen.

Průběh onemocnění listeriózou kolísá od lehkých, někdy bezpříznakových nákaz až po smrtelná onemocnění. Diagnózu listeriózy ověříme kultivačním vyšetřením krve, mozkomíšního moku, sputa, výtěru z mandlí, pochvy nebo plodové vody. Je třeba vědět, že kultivační průkaz listerií vyžaduje delší čas. K terapii se používají antibiotika a jejich kombinace.

Listerióza, infekce, která bývá často vyvolána požitím potravy kontaminované bakterií *Listeria monocytogenes*, se v současné době stává v ČR vážným zdravotnickým problémem. Nemoc ohrožuje primárně těhotné ženy a dospělé s oslabenou imunitou.

1. Kdo je nejvíce ohrožen?

- těhotné ženy. U nich je až dvacetkrát vyšší pravděpodobnost nákazy listeriózou než u běžné zdravé dospělé populace. Přibližně třetina všech listerióz se vyskytne u těhotných
- lidský plod / novorozenec. Při nákaze těhotné listerií hrozí novorozenci těžší poškození než samotné těhotné
- osoby s oslabenou imunitou
- osoby s onkologickým onemocněním, diabetem či onemocněním ledvin
- osoby s HIV/AIDS. U nich je riziko nákazy 300krát větší než u zdravé populace
- osoby podstupující dlouhodobě kortikoidní léčbu
- přestárlé osoby

2. Jak se *Listerie* dostávají do jídla?

- *Listerie monocytogenes* se vyskytuje v odpadních vodách, půdě a výkalech zvířat. Zelenina se může kontaminovat od půdy nebo v případě používání výkalů zvířat jako hnojiva. I zdravá zvířata mohou být bacilonosičem a v případě přípravy pokrmů bez dostatečného tepelného opracování může dojít k nákaze. Ke kontaminaci potravin může dojít i po jejich přípravě či v průběhu přípravy, například se může jednat o různé druhy sýrů, majonézových salátů, paštik atd.

3. Jak se můžu nakazit listeriózou?

- nakazit listeriózou se můžete požitím kontaminované potravy. Novorozenci se mohou nakazit již v průběhu těhotenství, jestliže v této době jejich maminka pojídá kontaminované potraviny. Ačkoliv většina zdravých dospělých může konzumovat kontaminované potraviny, aniž by onemocněli, tak ti kteří jsou ve

zvýšeném riziku (viz bod 1) mají při požívání takovýchto potravin velkou pravděpodobnost nákazy.

4. Jak zjistím, že jsem onemocněl/a listeriózou?

- osoba nemocná listeriózou bude mít většinou horečku, bolesti svalů a někdy i gastrointestinální problémy (nechutenství a průjem). Pokud se infekce rozšíří do nervového systému, tak symptomy jako je bolest hlavy, zmatenost, křeče atd. se stanou silnějšími.
- těhotné ženy infikované v průběhu těhotenství budou mít většinou jenom mírné příznaky, avšak jejich plod (dítě) může v průběhu těhotenství odumřít, tj. těhotná může potratit či porodit mrtvé dítě, či nově narozené dítě bude trpět závažným postižením centrálního nervového systému.

V současné době se v žádném státě na světě těhotné ženy rutinně na listeriózu nevyšetřují. Avšak v případě, že má ošetřující lékař podezření na toto onemocnění, může odebrat krev nebo mozkomíšni mok a provést vyšetření na listeriózu.

5. Existuje prevence proti listerióze?

- žádná specifická prevence proti listerióze neexistuje. Lze pouze doporučit obdobná preventivní opatření jako proti salmonelóze.

6. Jak minimalizovat riziko nákazy listeriózou?

Obecná doporučení:

- důkladně tepelně opracovat syrové potraviny z hovězího, vepřového a drůbežího masa
- důkladně omýt syrovou zeleninu před konzumací
- skladovat syrové maso odděleně od již připravených uvařených potravin
- nekonzumovat nepasterizované mléko a potraviny z něj připravené
- důkladně si mýt ruce, důkladně omývat nože a nástroje používané k úpravě (naporcování) syrových potravin (maso, zelenina...)

Doporučení pro osoby ve zvýšeném riziku:

- vyvarujte se měkkých sýrů (typy Niva, Camembert, atd...). Tvrdé sýry a sýry, které prošly tepelnou úpravou, většinou nepředstavují riziko
- důkladně tepelně opracovat syrové potraviny z hovězího, vepřového a drůbežího masa
- ačkoliv je riziko nákazy z potravin prodávaných v lahůdkářství obecně nízké, lze doporučit těhotným ženám a osobám se sníženou imunitou vyhýbat se těmto potravinám (různé saláty – hermelínový, pařížský, pochoutkový, atd...)

7. Lze listeriózu léčit?

- když se listerióza objeví u těhotné ženy, lze ihned podanými antibiotiky většinou zabránit nákaze plodu
- někdy i v případě okamžité léčby, nelze vyloučit úmrtí plodu či osob s oslabenou imunitou.