

Folkhälsoinformation för förebyggande av diarrésjukdomar, särskilt Shigatoxinproducerande *Escherichia coli* (STEC), också kallad verotoxinproducerande *E. coli* (VTEC) eller enterohemorragisk *E. coli* (EHEC)

Ett gemensamt uttalande av den europeiska smittskyddsmyndigheten ECDC och Europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet (EFSA) av den 3 juni 2011

Den 22 maj 2011 rapporterade Tyskland en betydande ökning av antalet patienter med hemolytiskt uremiskt syndrom (HUS) och blodig diarré orsakad av Shigatoxinproducerande *E. coli* (STEC). Sedan den 22 maj har över 400 fall av HUS och över 1 000 fall av STEC rapporterats i Tyskland. Ytterligare fall av HUS och STEC med koppling till utbrottet har rapporterats i flera andra EU-/EES-länder: Sverige, Österrike, Tjeckien, Danmark, Frankrike, Nederländerna, Norge, Polen, Spanien och Storbritannien. HUS förekommer normalt mest bland barn under 5 år, men i detta utbrott är över 80 % av fallen vuxna och en tydlig majoritet (ca 68 %) kvinnor. Källan till utbrottet har ännu inte bekräftats och intensiva undersökningar pågår. De tyska hälsomyndigheterna misstänker att förorenade livsmedel har orsakat utbrottet, och undersökningarna inriktas nu främst på konsumtion av råa tomater, gurka och sallad. Med anledning av det aktuella utbrottet av STEC i Tyskland har det tyska riskbedömningsorganet Bundesinstitut für Risikobewertung ([länk: http://www.bfr.bund.de/cm/349/ehec_consumers_to_continue_to_refrain_from_eating_tomatoes_cucumbers_and_green_salads_raw.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/349/ehec_consumers_to_continue_to_refrain_from_eating_tomatoes_cucumbers_and_green_salads_raw.pdf)) av försiktighetskäl rekommenderat att konsumenterna ska undvika att äta råa grönsaker som gurka, tomater och sallad i norra Tyskland tills källan till utbrottet har identifierats.

Vad betyder STEC, VTEC och EHEC?

Alla människor och djur har bakterien *Escherichia coli* (*E. coli*) i tarmarna – sådana bakterier ingår i tarmfloran och är normalt ofarliga. Det finns dock särskilda stammar av *E. coli* som kan producera toxiner. Dessa stammar kallas STEC/VTEC (shigatoxin- eller verotoxinproducerande *E. coli*) eller EHEC (enterohemorragisk *E. coli*). Deras toxiner kan orsaka kraftig, blodig diarré, vilket i vissa fall kan leda till akut njursvikt som kräver intensivvård. Det finns flera olika stammar av STEC och genom att identifiera vilken stam det rör sig om kan man mer exakt fastställa källan till ett visst utbrott.

Hur blir man smittad?

STEC överförs främst i samband med intag eller hantering av förorenade livsmedel och kontakt med smittade djur. Smittan kan också överföras genom nära kontakt med andra (i familjen, på dagis eller vårdhem osv.). Vid tidigare utbrott har orsaken spårats till en rad olika livsmedel, bland annat dåligt tillagat nötkött och annat kött, opastöriserad mjölk, färska grönsaker (t.ex. gurka, groddar, spenat och sallad), opastöriserad äppeljuice och ost. Det räcker med några få STEC-bakterier för att orsaka en infektion hos människan.

Hur kan du undvika att bli smittad?

Trots alla åtgärder som vidtas kan det hända att du utsätts för smittämnen genom förorenade livsmedel, särskilt råa eller dåligt tillagade livsmedel. Med några enkla försiktighetsåtgärder kan du dock minska risken att bli smittad av eventuellt förorenade livsmedel, djur eller en sjuk person. Du kan ofta minska risken genom god livsmedelshantering i hemmet och god handhygien.

God personlig handhygien

- Tvätta händerna ordentligt med tvål, skölj noga och torka med hushållspapper eller kökshandduk (ska tvättas regelbundet i 60°C)
 - o innan du lagar, serverar och äter mat
 - o efter toalettbesök eller blöjbyte
 - o efter att du hanterat råa grönsaker, rotsaker eller kött
 - o efter kontakt med livsmedelsproducerande djur eller besök på jordbruksföretag
 - o efter kontakt med avföring från husdjur.

Livsmedelshantering

- Personer som har diarré eller kräkningar bör inte hantera livsmedel.
- Kött, även köttfärs, bör tillagas väl.
- All frukt med skal bör skalas och sedan sköljas under rinnande dricksvatten.
- Grönsaker bör sköljas noga under rinnande dricksvatten, särskilt om de inte ska tillagas före konsumtion.
- Rotfrukter bör skalas och sköljas noga under rinnande dricksvatten.
- Grönsaker och kött måste kokas eller genomstekas för att sjukdomsalstrande bakterier och virus ska förstöras.
- Undvik korskontaminering (dvs. att bakterier sprids från råa livsmedel till färdiglagade eller tillagade livsmedel) exempelvis genom att använda olika skärbrädor för rått kött och tillagat kött eller råa grönsaker, och genom att rengöra skärbrädan med diskmedel mellan hantering av råa livsmedel och tillagade livsmedel.

Mer information om livsmedelshantering – ”Fem nycklar till säkrare mat” på Världshälsoorganisationens webbplats:

<http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/5keys/en/>

Vad ska du göra om du får diarrésymtom?

Om du får diarrésymtom och arbetar i restaurangkök, storkök eller liknande, kontakta företagshälsovården och undvik att hantera livsmedel.

Om du trots alla försiktighetsåtgärder får blodig diarré ska du uppsöka läkare. Om du har fått diarrésymtom, var noga med din handhygien och tvätta händerna med tvål och skölj dem under rinnande dricksvatten omedelbart efter toalettbesök.