



## Listerioze

Listerioze ir akūta dzīvnieku un cilvēku infekcijas slimība, kam raksturīgi centrālās nervu sistēmas, limfmezglu un dažādu iekšējo orgānu bojājumi. Listerioze ir reta slimība. Eiropā uz 1 miljonu iedzīvotājiem reģistrē vidēji 2-7 saslimšanas gadījumus gadā. Latvijā katru gadu tiek reģistrēti 5-7 listeriozes gadījumi.

### Pazīmes

Listeriozes inkubācijas periods ir 3-45 dienas, biežāk 10-20 dienas. Slimība sākas pēkšņi ar augstu temperatūru, galvassāpēm, nespēku. Slimībassimptomi ir atkarīgi no slimības formas: var būt angīna, konjunktivīts, palielināti limfmezgli, meningīts, encefalīts, sepse. Cilvēka organismā slimības ierosinātājs izplatās ar asinīm un limfu. Infekcijas procesa lokalizācijas vieta parasti ir centrālā nervu sistēma, limfmezgli un iekšējie orgāni.

Vairākām cilvēku grupām ir lielāks risks saslimt ar listeriozi:

- grūtniecēm;
- jaundzimušajiem;
- cilvēkiem ar novājinātu imūno sistēmu;
- gados veciem cilvēkiem;
- cilvēkiem, kuri lieto narkotikas vai pārmērīgi lieto alkoholu;
- kolagenožu, ļaundabīgo audzēju, cukura diabēta, imūndeficīta slimniekiem;
- cilvēkiem pēc orgānu transplantācijas;
- cilvēkiem, kuri ilgstoši lieto citostatiskus un kortikosteroīdus.

### Izraisītājs

Listeriozi ierosina ārējā vidē izturīgs mikroorganisms *Listeria monocytogenes* (listerija). Listerijas ir plaši sastopamas dabā – ūdenī, augsnē, tās atrodamas arī uz dārzeņiem. Tās ir ļoti noturīgas un apkārtējā vidē var saglabāties līdz 7 gadiem, iztur sasaldēšanu. Vārot un pasterizējot, iet bojā 3 minūšu laikā. Listerijas spēj intensīvi vairoties gaļā 4-6 °C temperatūrā, tādēļ to nereti dēvē par „ledusskapja mikroorganismu”. Infekcijas avots ir slimi (dažreiz arī praktiski veseli infekcijas nēsātāji) grauzēji, mājdzīvnieki (arī mājpūtņi). No mājlopiem ar listeriozi vismagāk slimo aitas. Cilvēks ar listeriozi var inficēties sadzīves kontaktu ceļā caur bojātuādu vai gļotādu, lietojot uzturā inficētus dzīvnieku izcelsmes produktus, ieelpojot inficētus putekļus, iespējama arī augļa inficēšanās caur placentu no mātes, kura slimo ar listeriozi.

### Inficēšanās

Ar listeriozi iespējams inficēties:

- lietojot uzturā termiski nepietiekami apstrādātus gaļas produktus, pienu, nevārītu ūdeni, kas sākotnēji vai sekundāri piesārņota ar listerijām, t.sk. pārtiku, kas ilgstoši tiek uzglabāta ledusskapī, jo listerijas vairojas pārtikas produktos, kas tiek glabāti aukstumā (4-6 °C temperatūrā);
- sadzīves kontakta ceļā, nonākot saskarsmē ar slimiem dzīvniekiem;
- ieelpojot listerijas saturošus putekļus (ādas, vilnas pārstrādes uzņēmumos, kā arī kopjot slimus dzīvniekus);
- auglīm grūtniecības laikā transplacentārā ceļā (caur placentu).

Pēdējo gadu desmitu epidemioloģiskie pētījumi liecina, ka galvenais inficēšanās ceļš ir alimentārais (inficēšanās, kas saistīta ar pārtiku).

Pārtikas produkti, kuros visbiežāk konstatē listerijas:

- jēla gaļa, kā arī citi gaļas produkti (visbiežāk tiek minēta cāļa gaļa, ko lieto gatavos „sendvičos”);
- piena produkti (nepasterizēts piens, mīkstie sieri, piemēram, *brinza*, *feta*, *kamambērs*, *rikota*, *brī*);
- augu izcelsmes produkti (dažādi salāti);
- olas;
- dažādas pastētes;
- jūras produkti (gliemenes, zivis).

Saslimstības pieauguma tendenci attīstītajās valstīs skaidro ar diagnostikas iespēju uzlabošanu, pār-

maiņām pārtikas produktu ražošanā (palielinās plaša patēriņa pārtikas izejvielu ražošana), pārstrādes rūpniecības paplašināšanos, saldēšanas iekārtu attīstību u.tml. Tāpat šo tendenci var skaidrot ar pārmaiņām iedzīvotāju ēšanas ieradumos – lielais patērētāju pieprasījumu pēc ātri un ērti pagatavojamiem, aukstumā uzglabājamiem pārtikas produktiem ar ilgu lietošanas termiņu. Šāda ilgstoša produktu uzglabāšana ledusskapī rada iespēju listerijām savairoties.

Pasaulē reģistrē gan sporādiskus (atsevišķus) saslimšanas gadījumus, gan uzliesmojumus. Pirmo reizi ar pārtiku saistītu listeriozes uzliesmojumu reģistrēja 1981. gadā Kanādā, kad saslima 41 cilvēks. Šajā gadījumā uzturā tika lietoti uz vietas izbraukuma tirdzniecības transportlīdzeklī gatavoti svaigu kāpostu salāti. Cits piemērs: 1985. gadā Kalifornijā saslima 142 cilvēki, kuri uzturā bija lietojuši meksikāņu sieru. Francijā 1995. gadā saslima 33 cilvēki, kuri uzturā bija lietojuši mīksto sieru.

Atkarībā no galvenajiem klīniskajiem simptomiem izšķir piecas galvenās klīniskās listeriozes formas:

- grūtnieču listerioze;
- jaundzimušo listerioze;
- dziedzeru un acu forma;
- angiozi septiskā;
- neiroloģiskā.

Slimības klīniskā norise, saslimstot ar listeriozi grūtniecības laikā

- Iespējamas priekšlaicīgas dzemdības, auglis var piedzimt nedzīvs vai smagi slim. Lai gan ir aprakstīti gadījumi, kad grūtnieču listerioze ir tikusi sekmīgi ārstēta un piedzimis vesels bērns, tomēr jāatceras, ka grūtniecības laikā nav iespējams novērtēt, vai ārstēšana ir pasargājusi augli.
- Saslimstot ar listeriozi, grūtniecei var būt gripai līdzīgi simptomi ar muskuļu sāpēm, galvas sāpēm un drudzi, tonsilītu, faringītu, vieglu diareju. Saslimšana var noritēt arī bez izteiktiem simptomiem. Trīs dienas pēc tam, kad ar listeriozi saslimst grūtniece, inficējas arī auglis. Šajā laikā iespējams asinīs noteikt listerijas. Sieviete var būt arī dzimumorgānu iekaisuma pazīmes. Grūtnieces saslimšanas gadījumā pirmajā grūtniecības trimestrī var notikt spontāns aborts. Ja inficēšanās notiek trešajā trimestrī, auglim var attīstīties agrīnā jaundzimušo listerioze - auglis inficējas grūtniecības laikā, bet drīz pēc dzimšanas bērnam attīstās sepse, retāk meningīts vai pneimonija. Klasiskā slimības gadījumā novēro diseminētus mikroabscesus (izkaisītus nelielus strutu perēkļus audos un orgānos).
- Vēlīnā jaundzimušo listerioze - bērns inficējas dzemdību laikā dzemdību ceļos vai 1.-2. nedēļas laikā ar mātes pienu, ārkārtīgi retos gadījumos - intrahospitāli. Jāatceras, ka inficēti augļūdeņi satur ļoti daudz listeriju.

Profilakse

Specifiska listeriozes profilakse nav izstrādāta, vakcinācija nav iespējama.

Grūtniecēm, cilvēkiem ar novājinātu imūnsistēmu ieteicams izvairīties no saskarsmes ar potenciāli inficētu materiālu, piemēram, dzīvnieku aborta materiālu u.tml. Nelietot uzturā ledusskapī ilgstoši uzglabātus pārtikas produktus. Izvairīties no riska produktu lietošanas uzturā (nepasterizēts piens, jēla gaļa, mīkstie sieri, piemēram, brinza, feta, kamambērs, rikota, brī), bet var lietot jogurtu, krēmsierus, biezpiena sierus, nobriedušos sierus. Ja lieto uzturā rūpnieciski ražotus ēšanai gatavus ēdienus, tos pirms lietošanas ieteicams atkārtoti karsēt, līdz parādās garaiņi.

Lai izvairītos ne tikai no listeriozes, bet arī no citām pārtikas infekcijām, ieteicams ievērot pārtikas higiēnas noteikumus:

- mazgāt rokas pirms ēdiena gatavošanas un pēc svaigas gaļas, zivju un gliemeņu apstrādes;
- jēlu gaļu un zivis turēt atsevišķi no gataviem ēdieniem, lai izvairītos no jebkādas saskarsmes;
- turēt ledusskapi tīrus;
- stingri ievērot saldēto produktu derīguma termiņu;
- nelietot vienus un tos pašus instrumentus, apstrādājot jēlos un gatavos produktus. Ja tiek lietoti vieni instrumenti jēlo un gatavo produktu asprātei - instrumentus mazgāt ziepjūdenī;
- svaigus dārzeņus un augļus pirms lietošanas uzturā labi nomazgāt;
- pārtikas produktu atsaldēšanai lietot ledusskapja zemākos plauktus, jo listeriju saturošais šķīdums no atsaldētas pārtikas var nokļūst uz pārtikas produktiem, kuri ievietoti zemāk;
- gatavojot salātus, dārzeņus kārtīgi nomazgāt.

Ja Jums ir aizdomas par saslimšanu ar listeriozi, nekavējoties sazinieties ar ārstu!

Palīdziet Slimību profilakses un kontroles centra epidemiologiem veikt listeriozes gadījuma epidemioloģisko izmeklēšanu. Jūsu sniegtā informācija ir svarīga, lai atrastu infekcijas avotu un novērstu citu cilvēku inficēšanos!

