



## Кишечная палочка-возбудитель *бактериальной дизентерии* (STEC)

### Что такое кишечная палочка (*E. coli*) и что такое палочка Шиги (STEC)?

Кишечная палочка - это бактерии, которые являются частью нормальной флоры кишечника человека и животных. Большинство штаммов являются безвредными, но некоторые вырабатывают токсин Шиги (по имени японского учёного, открывшего возбудителя бактериальной дизентерии), и тем самым вызывают болезнь. Бактерии, которые вырабатывают данный токсин, называются кишечными палочками, вырабатывающими токсин Шиги (от англ. сокращено STEC) или возбудителями бактериальной дизентерии.

Бактерии STEC могут присутствовать в кишечнике здоровых коров, коз, оленей и других животных, бактерии могут находиться и в экскрементах этих животных.

### Кто может заразиться STEC?

Любой человек в любом возрасте может заразиться STEC, но наибольшая вероятность серьезного течения болезни наблюдается у маленьких детей и пожилых людей.

### Как эта инфекция распространяется?

- Обычно заражение людей бактериями STEC происходит из-за употребления в пищу зараженных продуктов или напитков, которые не прошли соответствующую термическую обработку. Отдельные случаи и вспышки заболеваний STEC были связаны с:
  - Употреблением в пищу недостаточно термически обработанной или сырой говядины (особенно фарша из говядины), загрязненной экскрементами животного во время забоя скота.
  - Употреблением в пищу непастеризованного (сырого) коровьего или козьего молока, загрязненного экскрементами животного при доении.
  - Употреблением в пищу непастеризованного сока или сидра, изготовленного из фруктов, упавших на землю, где произошло загрязнение экскрементами животных.
  - Употреблением в пищу сырых овощей, включая ростки и зеленые листовые культуры (например, шпинат), загрязненные экскрементами животных на полях или во время переработки.
  - Употреблением в пищу сырых овощей (или других готовых к употреблению продуктов), загрязненных на кухне соком сырого мяса.
- Болеющие люди могут заразить инфекцией STEC других людей при отсутствии тщательного мытья рук после посещения туалета.
- Заразиться инфекцией STEC можно при прямом контакте с животными на выставках-ярмарках и в детских зоопарках.
- Заразиться можно при глотании воды из озёр, рек и бассейнов, загрязненных бактериями STEC.

### Каковы симптомы заражения?

У некоторых инфицированных людей наблюдается незначительный понос или нет никаких симптомов вообще.



PO Box 47890  
Olympia, WA 98504-7890

Веб-сайт:  
[www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov)

360-236-4052  
(800) 525-0127

DOH Pub 150-056  
Russian

Обращайтесь к своему врачу при наличии следующих симптомов:

- Сильный понос.
- Острые боли в области живота.
- Кровь в кале.

Температура тела обычно нормальная или слегка повышенная. Болезнь, вызванная бактериями STEC, начинает проявляться в промежутке от одного до восьми дней (обычно спустя два-три дня) после попадания бактерий в организм.

### **Как лечится болезнь, вызванная STEC?**

Большинству людей, зараженных STEC, становится легче без какого-либо лечения через пять-десять дней. Исследования предполагают, что прием антибиотиков может усугубить течение болезни, вызванной бактериями STEC. Лечение болезни, вызванной бактериями STEC, антибиотиками или лекарствами против поноса не рекомендуется.



PO Box 47890  
Olympia, WA 98504-  
7890

Веб-сайт:  
[www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov)

360-236-4052  
(800) 525-0127

DOH Pub 150-056

### **К каким серьезным осложнениям может привести заболевание STEC?**

У небольшого числа людей после заболеваний STEC появляется гемолитико-уремический синдром (HUS). Это серьезное осложнение, которое может нанести вред почкам и другим органам. Зачастую требуется длительная госпитализация. К счастью, большинство людей с синдромом HUS выздоравливает в течение нескольких недель, но некоторые пациенты остаются с необратимым нарушением работы почек или умирают. Наибольшему риску этого заболевания подвержены маленькие дети и пожилые люди. Симптомами синдрома HUS являются снижение частоты мочеиспусканий, сильная усталость и потеря розового цвета на щеках и с внутренней стороны нижних век.

### **Что я могу предпринять для предотвращения заболевания?**

- Не ешьте сырую говядину, сырой или недостаточно термически обработанный фарш из говядины или другие продукты из мясных фаршей. Фарш из говядины при термической обработке должен готовиться до температуры 160 F.
- Храните готовые к употреблению продукты (например, сырые овощи) отдельно от сырого мяса.
- Пейте только пастеризованные (не сырые) молоко, молочные напитки и фруктовые соки.
- Тщательно мойте все овощи и фрукты, кухонную посуду и столешницы.
- Тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, смены подгузников, работы с сырым мясом и прямого контакта с сельскохозяйственными животными. Мойте руки горячей мыльной водой в течение 20 секунд. Следите за тем, чтобы ваши дети тщательно мыли руки после посещения туалета.
- Если у вас понос, то не плавайте в бассейнах или озерах, и не готовьте еду для других. Не разрешайте детям в подгузниках купаться в бассейнах и озерах.
- Не глотайте воду во время плавания в бассейнах, купания в озерах, реках и других водоемах.