



# Кишкова паличка - збудник бактеріальної дизентерії (STEC)

## Що таке кишкова паличка (*E. coli*) і що таке паличка Шигі (STEC)?

Кишкова паличка - це бактерії, які є частиною нормальної флори кишечника людини та тварин. Більшість штамів нешкідливі, але деякі виробляють токсин Шигі (назва від імені японського вченого, який відкрив збудника бактеріальної дизентерії), і цим самим викликають захворювання. Бактерії, які виробляють цей токсин, називають кишковими паличками, вироблюючими токсин Шигі (з англ. скорочено STEC), або збудниками бактеріальної дизентерії.

Бактерії STEC можуть бути присутні у кишечнику здорових корів, кіз, оленів та інших тварин, бактерії можуть бути присутні у екскрементах цих тварин.

## Хто може заразитися STEC?

Будь-яка людина у будь-якому віці може заразитися STEC, але найбільша ймовірність тяжкого протікання хвороби буває у маленьких дітей та людей похилого віку.

## Як розповсюджується ця інфекція?

- Зазвичай зараження людей бактеріями STEC трапляється через споживання у їжу заражених продуктів або напоїв, які не пройшли відповідну термічну обробку. Окремі випадки та спалахи захворювання STEC були пов'язані із:
  - Споживанням у їжу недостатньо термічно обробленої або сирової яловичини (особливо фаршу із яловичини), забрудненої екскрементами тварини під час забою худоби.
  - Споживанням у їжу непастеризованого (сирого) коров'ячого або козячого молока, забрудненого екскрементами тварини під час доїння.
  - Споживанням у їжу непастеризованого соку або сидру, виготовленого із фруктів, які впали на землю, де сталося забруднення екскрементами тварин.
  - Споживанням у їжу сирих овочів, включаючи паростки та зелені листові культури (наприклад, шпинат), які забруднені екскрементами тварин у полі або під час переробки.
  - Споживанням у їжу сирих овочів (або інших готових до вживання продуктів), забруднених на кухні через сік сирого м'яса.
- Хворі люди можуть заразити інфекцією STEC інших через відсутність старанного миття рук після користування туалетом.
- Заразитися інфекцією STEC можливо під час безпосереднього контакту з тваринами на ярмарку або в дитячому зоопарку.
- Заразитися можливо під час ковтання води із озер, річок та басейнів, які забруднені бактеріями STEC.



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  
Ukrainian

## Які симптоми захворювання?

Деякі інфіковані люди мають незначний пронос, або не мають ніяких симптомів зовсім.

Звертайтеся до свого лікаря, якщо маєте наступні симптоми:

- Важкий пронос.
- Гострий біль у животі.
- Кров у калі.

Температура тіла зазвичай нормальна або злегка підвищена. Хвороба, викликана бактеріями STEC, починає проявлятися на протязі від одного до восьми днів (зазвичай через два-три дні) після попадання бактерій в організм.

## Як лікується інфекція STEC?

Більшості людей, заражених STEC, стає краще без будь-якого лікування через п'ять-десять днів. Дослідження припускають, що прийом антибіотиків може погіршити протікання хвороби, викликаной бактеріями STEC. Лікування хвороби, яка викликана бактеріями STEC, антибіотиками або ліками проти проносу не рекомендоване.

## До яких важких ускладнень може призвести захворювання STEC?

У невеликої кількості людей після захворювань STEC з'являється гемолітичний уремічний синдром (HUS). Це важке ускладнення, яке може заподіяти шкоду ниркам та іншим органам. Часто потрібна тривала госпіталізація. На щастя, більшість людей із синдромом HUS одужує протягом декількох тижнів, але деякі хворі залишаються з необоротним порушенням роботи нирок або вмирають. Найбільший ризик цього захворювання у маленьких дітей та людей похилого віку. До симптомів синдрому HUS належать зменшення кількості разів випускання сечі, велика втомленість та втрата рожевого кольору на щоках та з внутрішньої сторони нижніх повік.

## Що я можу зробити, щоб запобігти захворюванню?

- Не їжте сиру яловичину, сирий або недостатньо термічно оброблений фарш із яловичини, або інші продукти із м'ясних фаршів. Фарш із яловичини потрібно обробляти термічно до температури 160 F.
- Зберігайте готові до вживання продукти (наприклад, сирі овочі) окремо від сирого м'яса.
- Пийте тільки пастеризовані (не сирі) молоко, молочні напої та фруктові соки.
- Старанно мийте всі овочі та фрукти, кухонний посуд та поверхні столів.
- Старанно мийте руки з милом після користування туалетом, зміни підгузків, роботи з сирим м'ясом та безпосереднього контакту з сільськогосподарськими тваринами. Мийте руки гарячою мильною водою на протязі 20 секунд. Слідкуйте за тим, щоб ваші діти старанно мили руки після користування туалетом.
- Якщо у вас пронос, то не плавайте у басейнах або озерах, та не готуйте їжу для інших. Не дозволяйте дітям у підгузках купатися у басейнах та озерах.
- Не ковтайте воду під час плавання або купання у басейнах, озерах, річках та інших водоймах.



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