

Применение таких видов контроля существенно снижает риск заражения легионелой и позволяет предотвратить возникновение sporadических случаев заболевания и вспышек.

Меры индивидуальной профилактики

- Избегайте воды, температура которой составляет 20 - 45 °С . Этот диапазон температур способствует росту легионелл.

- Избегайте застоя воды. Легионеллы быстрее размножаются, если их не тревожить, поэтому они и предпочитают жить в стоячей воде. Для того, чтобы предотвратить застой, необходимо чаще использовать системы водоснабжения.

Например, чтобы предотвратить застой воды в водонагревателях, их следует использовать не менее трёх раз в неделю.

Если вы только что вернулись домой после длительного отпуска или не пользовались водонагревателем по другой причине, то перед тем, как его использовать, дайте ему поработать на максимальной мощности несколько часов, затем слейте воду.

- Меняйте воду в домашних или дачных декоративных фонтанах, не менее раза в неделю.

- Пользуйтесь омывателями лобового стекла в автомобиле ежедневно, чтобы вода не застаивалась.

- Джакузи, бассейны и гидромассажные горячие ванны обрабатывайте бактерицидными химическими веществами, чтобы предотвратить рост бактерий. Воду следует регулярно сливать и менять, но не реже одного раза в месяц.

- Пользуясь пароувлажнителями или ингаляторами , используйте стерильную воду вместо водопроводной.

- Обращайте внимание на явные признаки грязи в душевых. Например, стоит обратиться к дирекции тренажерного зала, если во время пользования общественной душевой вы увидите ржавчину и грязь вдоль слива воды.

- Очищайте домашние системы кондиционирования воздуха, по крайней мере, дважды в год.

- Беременным женщинам и детям до пяти лет категорически не рекомендуется принимать гидромассажные ванны общественного пользования, расположенные в аквапарках, гостиницах, спортивных клубах.

Будьте внимательны к своему здоровью!

Профилактика легионеллеза

Согласно статистическим данным ВОЗ, в Европе, Австралии и США в расчёте на миллион жителей приходится около 10-15 случаев заболевания в год. Более восприимчивы к заболеванию люди в возрасте старше 50 лет (75-80%), в подавляющем большинстве случаев (70%) заболевают мужчины.

К факторам риска развития легионеллеза относятся : курение, неумеренное потребление спиртных напитков, хронические болезни лёгких, нарушение иммунитета, а так же хронические респираторные или почечные болезни.

Прогностическими факторами смерти вследствие болезни легионеров является поздняя диагностика и позднее назначение необходимого лечения антибиотиками, преклонный возраст и наличие сопутствующих болезней.

Легионеллез (болезнь легионеров) – это заболевание, проявляющееся поражением лёгочной ткани с развитием тяжёлой формы пневмонии. Первая массовая вспышка этого заболевания произошла в 1976 году среди участников съезда Американского легиона, с этим и связано название недуга. Тогда же впервые была идентифицирована бактерия возбудитель *Legionella pneumophila*.

Оптимальные условия обитания для Легионелл - тёплая (35-50 °С) водная среда, в которой обитают амёбы. Именно в амёбах, в качестве паразитов этих простейших одноклеточных организмов живут и размножаются легионеллы.

Легионеллы обнаруживаются преимущественно в искусственно созданных замкнутых системах водоснабжения, в которых отсутствует обновление водной массы за счёт постоянного притока свежей воды, например, в центральных системах кондиционирования воздуха, системах подачи горячей воды, оросительных системах, градирнях, испарительных охладителях, пароувлажнителях, омывателях лобового стекла автотранспорта, душах, джакузи, фонтанах, прудах. Риск возникновения вспышки заболевания реализуется лишь при отсутствии , либо нерегулярном или некачественном техническом обслуживании искусственных водных систем.

Заражение легионеллезом происходит при вдыхании водного аэрозоля, пара , либо любой другой формы водной взвеси, в которой присутствует возбудитель. Источником аэрозоля может стать любая из вышеперечисленных замкнутых водных систем. Инфекция не передаётся непосредственно от человека человеку.

Профилактические мероприятия:

- надлежащее техническое обслуживание соответствующих устройств, включая регулярную чистку и дезинфекцию и применение других физических (температура) или химических (биоциды) мер с целью минимизации размножения легионелл. Например: регулярное техническое обслуживание, чистка и дезинфекция стояков охлаждения, а также частое или постоянное добавление биоцидов; установка каплеуловителей для предотвращения распространения аэрозолей из стояков охлаждения; поддержание адекватного уровня таких биоцидов, как хлор, в бассейнах наряду с полным дренажем и чисткой всей системы не реже 1 раза в неделю; поддержание систем горячего и холодного водоснабжения в чистоте и либо поддержание температуры горячей воды на уровне более 50°C и холодной ниже 20°C и альтернативная обработка этих систем с помощью подходящего биоцида; уменьшение застоя путем еженедельного слива воды из неиспользуемых кранов в зданиях.