

Listeria

Smittskyddsläkarnas Smittskyddsblad

Vad är listeria

Du har blivit smittad med Listeria. Det är en bakterie som är vanligt förekommande i vår omgivning. Den finns bland annat i vatten och i jord. Både människor och djur kan bära på listeriabakterien utan att vara sjuka.

Endast 50 fall om året i Sverige

I Sverige anmäls cirka 50 fall varje år; då ofta med blodförgiftning eller hjärnhinneinflammation. Framför allt drabbas gravida kvinnor, spädbarn och andra personer som har nedsatt motståndskraft. Infektionen behandlas med antibiotika.

Smittvägar

Listeria kan spridas av djur eller med infekterade födoämnen. Bakterien klarar frysning och tillväxer i kylskåpstemperatur, men dör vid upphettning. Livsmedel som förvarats en längre tid i kylskåp och sedan äts utan att först värmas upp är därför en speciell risk.

Det kan till exempel vara olika köttprodukter, fisk (kallrökt eller gravad) och mjukostar som tillverkats av opastöriserad mjölk.

Tänk efter vad du kan ha ätit och spara matresterna. Dessa kan undersökas för att spåra smittkällan.

Tid från smitta till insjuknande

Tiden från det att man smittas till insjuknandet (inkubationstiden) kan variera från några dygn till tre månader. Därför är det ofta svårt att hitta smittkällan.

Smittrisk

Risken är mycket liten att smitta ska överföras från människa till människa. Du behöver alltså inte vara isolerad eller oroa dig för att smitta personer i din omgivning.