

**Legionelloza** to choroba układu oddechowego. Jest chorobą zakaźną, ale nie zaraźliwą. Wywoływana jest przez bakterie Legionella, które mogą przeżyć w wodzie o bardzo różnej temperaturze (od 20-50°C). Rezerwuarem bakterii są zbiorniki wodne (naturalne i sztuczne), zawierające osad denny lub muł, a także wilgotna ziemia. Bakterie Legionella występują m.in. w sieciach kanalizacyjnych, urządzeniach kąpielowych, prysznicach, myjniach, fontannach, kurtynach wodnych, dializatorach, klimatyzatorach.

### **Jaka jest droga zakażenia?**

Legionelloza nie przenosi się z człowieka na człowieka. Do zakażenia dochodzi głównie przez kontakt z aerozolem wodnym wytwarzanym przez urządzenia sanitarne typu umywalki, prysznice, wanny, a także klimatyzatory. Dlatego nie wolno dopuszczać do rozpryskiwania wody. **Należy podążać za zaleceniami związanymi z temperaturami tj. zimna woda < niż 20° C, gorąca woda > 55° C, ponieważ bakterie czują się najlepiej w określonym środowisku wodnym i idealna dla nich temperatura przyczynia się do rozprzestrzeniania chorobotwórczych patogenów.** Legionella nie przenosi się drogą pokarmową, tzn. nie jest dla nas niebezpieczna, gdy trafi do układu pokarmowego wraz z wypitą wodą.

### **Objawy.**

Okres inkubacji trwa od 2 do 10 dni. Po tym okresie pojawiają się objawy, tj.:

- bóle mięśni,
- ból głowy,
- gorączka,
- objawy zapalenia płuc (w tym m.in. suchy kaszel, zaburzenia oddychania).

Objawom tym mogą towarzyszyć zaburzenia ze strony przewodu pokarmowego, w tym bóle brzucha, wymioty, biegunka, a także zaburzenia świadomości.

Poza postacią płucną wyróżnia się również postaci pozapłucne: łagodną i ciężką. W postaci łagodnej (zwanej gorączką Pontiac) dochodzi do:

- nagłego wzrostu temperatury ciała,
- bólu głowy,
- bólu mięśni i stawów,
- dreszczy,
- duszności
- objawów zakażenia górnych dróg oddechowych (suchy kaszel).

Postaci ciężkiej towarzyszy zespół rozsianego wykrzepiania wewnątrznaczyniowego lub pojawia się sepsa.

### **W jakiej temperaturze ginie legionella?**

Legionella ginie w temperaturze powyżej 70°C. W niższych temperaturach w zakresie 55-60°C jej przeżywalność jest już ograniczona:

- w temperaturze 55°C legionella przeżywa max. 20 minut
- w temperaturze powyżej 60°C przeżywa już tylko 2 minuty.

Spożywanie przegotowanej wody jest zatem najbezpieczniejszą opcją w przypadku informacji o lokalnym rozprzestrzenianiu się bakterii.

### **Jak zmniejszyć ryzyko zakażenia?**

- Regularnie czyścić i dezynfekować wewnętrzne wodociągowe systemy wody ciepłej i zimnej, urządzenia natryskowe oraz nawilżacze powietrza zgodnie z zaleceniami producenta.
- Po nieużywaniu kranu ponad 2 tygodnie, odkręcić wodę na przynajmniej 2 minuty zanim zaczniesz się z niej korzystać.
- Okresowo opróżniać i przepłukiwać
- urządzenia grzewcze, zgodnie z zaleceniami producenta, aby zredukować osiadające na dnie i ściankach zanieczyszczenia.
- Jeżeli to możliwe, w urządzeniach grzewczych należy zachować
- temperaturę wody na poziomie 60°C.