



## **ANVISNING FÖR STORKÖK OM LISTERIA**

**Man bör inte servera personer som hör till riskgrupper livsmedel där det finns risk för listeriasmitta. Speciellt de som gör upp matlister för t.ex. sjukhus och vårdhem för äldre bör ta i beaktande följande:**

- Servera alla djupfrysta grönsaker ordentligt upphettade
- Servera inte kallrökta eller gravade fiskprodukter
- Servera inte opastöriserad mjölk eller produkter som framställts av sådan mjölk
- Servera mat som värms upp på nytt kokande het
- Tvätta färska grönsaker samt tvätta rotfrukterna omsorgsfullt både före och efter skalningen, före servering

### **Listeriabakterien kan orsaka en allvarlig sjukdom åt riskgrupper**

Vissa riskgrupper ådrar sig lättare en sådan svår allmäninfektion eller hjärnhinneinflammation, som listeriabakterien kan ge upphov till. De kan ådra sig en allvarlig sjukdom också om listeriahalten är låg. Till riskgrupperna räknas gravida kvinnor, nyfödda barn, personer i hög ålder och personer med försvagad motståndskraft till följd av en grundläggande sjukdom eller en till en sådan sjukdom anknyttande läkemedelsbehandling (såsom cancer-, diabetes-, lever- och njursjukdomspatienter, personer som behandlas med kortison) eller till följd av hög ålder. Endast hög ålder kan vara en orsak för att höra till riskgruppen. Hos gravida kvinnor kan en listeriainfektion leda till missfall eller prematur förlossning. Nyfödda barn kan smittas av modern. En frisk vuxen eller ett friskt barn insjuknar mycket sällan allvarligt.

### **Listeria i livsmedel**

Listeriabakterier har i Finland regelbundet konstaterats i djupfrysta grönsaker samt kallrökta och gravsaltade fiskprodukter som förpackats i vakuum eller i en skyddande atmosfär. Listeria har konstaterats också i strimlad skinka och färdigmat. Risklivsmedel i fråga om listeria är produkter som är avsedda att ätas som sådana och som har en flera veckor lång saluhållningstid. Också rå fisk och även hemmagravade fiskprodukter ingår till risklivsmedel i fråga om listeria. Listeria kan förekomma också i opastöriserad mjölk och ostar som framställts av sådan mjölk, mögel- och kittostar tillverkade av pastöriserad mjölk (till exempel brie, gorgonzola, chèvre, vacherol och taleggio), samt i fiskrom, rått kött och ätferdiga skivade köttprodukter och kallskuret kött. I hårda ostar förmår listerian inte föröka sig. Listeria kan föröka sig i kallt och förvaring av livsmedlen i kylskåpstemperatur förhindrar inte helt att bakterien förökar sig.

### **Listerialäget i Finland och åtgärder för att förhindra smitta**

Från år 2009 framåt har antalet listerioser ökat tydligt. Under åren 2010–2018 har årligen anmälts 40–91 infektioner orsakade av listeria i Finland. År 2018 konstaterades 80 allvarliga listeriosfall. Mer än hälften av de insjuknade var över 74 år gamla. Man har ombett kommunerna intensifiera tillsynen över förekomsten av listeria i livsmedel. Företagare som framställer livsmedel är skyldiga att säkerställa att livsmedlen är säkra också i fråga om listeria.



## Allmänna råd hur man undviker listeria

Risken för listeria i livsmedel kan minskas med god hanteringshygien:

- Tvätta alla färska grönsaker samt tvätta rotfrukterna omsorgsfullt både före och efter skalningen, före servering
- Förvara och hantera råa och tillredda produkter skilt
- Rengör omsorgsfullt händerna, knivar och skärbrädor när du har använt dem till hantering av råa livsmedel
- Observera kylanläggningarnas temperatur. För de flesta livsmedel är en temperatur under +6 °C passlig. För fiskprodukter är en temperatur på högst +3 °C trygg.
- Använd ätfärdiga produkter i god tid före sista förbrukningsdagen
- Man får inte servera livsmedel efter sista förbrukningsdagen som anges på förpackningen

## Rekommendationer för mat avsedd för riskgrupper

- Servera alla djupfrysta grönsaker ordentligt upphettade. Då de djupfrysta grönsakerna tillsätts i sallader ska de kokas upp och kylas ner först.
- Hetta upp allt kött så att det är genomstekt före det serveras
- Servera bara ordentligt upphettade fiskprodukter. Detta gäller också kallrökta eller gravsaltade fiskprodukter samt fiskrom.
- Servera inte opastöriserad mjölk eller produkter som framställts av sådan mjölk (t.ex. färskostar och mögelostar)
- Listeria kan förekomma också i mögel- och kittostar tillverkade av pastöriserad mjölk samt kallskuret kött och patéer
- Servera även färdigmat och mat som värms upp på nytt kokande het. Listerian förintas i pastöriseringstemperaturen (+72 grader celsius).

## Mer information på webben

- <https://www.ruokavirasto.fi/sv/privatkunder/information-om-livsmedel/anvisningarna-om-hur-livsmedel-anvands-pa-ett-sakert-satt/sakra-satt-att-anvanda-livsmedel/>
- <https://thl.fi/sv/web/infektionssjukdomar/sjukdomar-och-mikrober/bakteriesjukdomar/listeria>

## Mer information ger

**Annika Pihlajasaari**  
överinspektör, veterinär  
Livsmedelsverket  
tfn 040 351 6884  
annika.pihlajasaari@ruokavirasto.fi

**Ruska Rimhanen-Finne**  
epidemiologveterinär  
Institutet för hälsa och välfärd THL  
tfn. 029 524 8942  
ruska.rimhanen-finne@thl.fi