



## Helstu matarbornir sjúkdómar í mönnum

Meinvaldur	Meðgöngutími	Smitandi tímabil*	Smitar milli manna?	Einkenni	Tímalengd einkenna	Fylgikvillar
<b>Bakteríusýkingar</b>						
<i>Campylobacter</i>	Oftast 1–3 dagar (1–10 dagar)	Nokkar vikur frá bata	Sjaldan	Hiti, kviðverkir, uppköst, niðurgangur mögulega blóðugur	2–10 dagar	• Liðbólгур, Guillain Barré – fremur sjaldgæfur
<i>Salmonella</i>	Oftast 1–3 dagar (1–7 dagar)	Nokkrar vikur frá bata (allt að 1 ár)	Já	Hiti, niðurgangur, uppköst, kviðverkir	2–7 dagar	• Liðbólгур • Blóðsýking með sýkingum á fleiri stöðum í líkamanum
<i>Shigella</i>	1–7 dagar	Allt að fjórar vikur frá bata	Já	Niðurgangur (stundum slímugur og/eða blóðugur), kviðverkir, hiti	4–7 dagar	• Liðbólгур • Lömum í ristli – mjög sjaldgæft
Enteróhemórragískur <i>E. Coli</i>	Oftast 3–8 dagar (1–14 dagar)	3–4 vikur frá bata, getur verið lengra hjá börnum	Já	Niðurgangur gjarnan blóðugur, kviðverkir, oftast enginn hiti	Dagar–vikur	„Hemolytic-uremic syndrome“ (HUS) með nýrnabilun og blóðflögufæð (TTP). Getur leitt til dauða og langvinnrar nýrnabilunar
<i>Vibrio parahaemolyticus</i>	12–24 klst. (4 klst.–4 dagar)	Á ekki við	Nei	Niðurgangur og kviðverkir, stundum ógleði, uppköst, hiti og höfuðverkur	1–7 dagar	Afar sjaldséðir
<i>Yersinia enterocolitica</i>	3–7 dagar	Nokkrar vikur frá bata	Sjaldan	Niðurgangur og kviðverkir, stundum hiti og uppköst	1–3 vikur	• Liðbólгур • Húðútbrot (erythema nodosum)
<i>Listeria monocytogenes</i>	Nokkrir dagar til 3–4 vikur	Á ekki við	Frá móður til fósturs, annars afar sjaldan	Fósturmissir hjá konum á meðgöngu. Blóðsýking með hita eða heilahimnubólga hjá öldruðum, ónæmisbældum og nýburum	Vikur	Hátt dánarhlutfall, einkum við ómeðhöndlaðar sýkingar
<i>Salmonella Typhi/ Paratyphi</i>	10–21 dagar	Nokkrar vikur frá bata	Já	Hiti, höfuðverkur, hósti og vöðvaverkir, niðurgangur oftast í 2. viku veikinda	Vikur	Rof á þörmum og lífhimnubólga. Hátt dánarhlutfall ef ekki meðhöndlað

\* Sjúklingurinn er mest smitandi þegar hann er með einkenni, þ.e. er með uppköst og/eða niðurgang. Flestir bera smitefnið í meltingarveginum um tíma eftir að bata er náð og eru þann tíma einkennalausir berar, smitandi tímabil í töflunni vísar til þess tímabils. Þetta tímabil er nokkuð mismunandi milli meinvalda.

Meinvaldur	Meðgöngutími	Smitandi tímabil*	Smitar milli manna?	Einkenni	Tímalengd einkenna	Fylgikvillar
<b>Eiturefni baktería</b>						
<i>Staphylococcus aureus</i>	1–8 klst.	Á ekki við	Nei	Ógleði, kviðverkir og uppköst, oft niðurgangur í kjölfarið	1–2 dagar	Afar sjaldséðir
<i>Bacillus cereus</i> (niðurgangur)	6–24 klst.	Á ekki við	Nei	Niðurgangur og kviðverkir	12–24 klst.	Afar sjaldséðir
<i>Bacillus cereus</i> (uppköst)	1–6 klst.	Á ekki við	Nei	Ógleði og uppköst, stundum niðurgangur	12–24 klst.	Afar sjaldséðir
<i>Clostridium botulinum</i>	12–72 klst.	Á ekki við	Nei	Erfiðleikar við kyngingu og tal, slappleiki, munnþurrkur, augnvöðva- og öndunarlömmum. Mögulega ógleði, uppköst, niðurgangur	Dagar til mánuðir	Getur leitt til dauða eða langvarandi veikinda
<i>Clostridium perfringens</i> – <i>matareitrun</i>	10–12 klst. (8–24 klst.)	Á ekki við	Nei	Kviðverkir, ógleði og niðurgangur. Stundum uppköst og hiti, þó frekar sjaldséð	Einn sólarhringur	Afar sjaldséðir
<b>Veirusýkingar</b>						
Caliciveirur, þ.e. nóró- og sapóveirur	10–48 klst.	Skömmu fyrir veikindi og nokkra daga eftir bata	Já	Ógleði, uppköst, kviðverkir, niðurgangur, stundum hiti	1–3 dagar	Getur valdið alvarlegum sjúkdóm hjá öldruðum og ónæmisbældum
Lifrabólgu A veira	2–6 vikur	Tvær vikur fyrir gulu og eina viku eftir (alls 3 vikur)	Já	Hiti, ógleði, hugsanlega uppköst, gula, dökkt þvag og ljósar hægðir. Börn eru oft einkennalaus	Vikur	Afar sjaldséðir
<b>Sníkjudýr</b>						
<i>Giardia</i> spp.	3–25 dagar	Allt að sex mánuðir	Já	Niðurgangur, getur verið langvarandi, kvið- og vindverkir, þreyta, þyngdartap	Vikur	Langvinnur niðurgangur getur leitt til vannæringar
<i>Cryptosporidium</i> spp.	1–12 dagar	Nokkrar vikur frá bata	Já	Niðurgangur, kviðverkir, ógleði, höfuðverkur, hiti	Vikur	Getur valdið alvarlegum sjúkdóm hjá ónæmisbældum

\* Sjúklingurinn er mest smitandi þegar hann er með einkenni, þ.e. er með uppköst og/eða niðurgang. Flestir bera smitefnið í meltingarveginum um tíma eftir að bata er náð og eru þann tíma einkennalausir berar, smitandi tímabil í töflunni vísar til þess tímabils. Þetta tímabil er nokkuð mismunandi milli meinvalda.

Meinvaldur	Meðgöngutími	Smitandi tímabil*	Smitar milli manna?	Einkenni	Tímalengd einkenna	Fylgikvillar
<b>Þörungaeitur</b>						
PSP eitrun ( <i>Paralytic shellfish poisoning</i> )	30 mín.– nokkrar klst.	Á ekki við	Nei	Doði og hiti í munni og í húð, skert tilfinning í fingrum og tám, svimi, hiti	Vikur	Lömun, öndunarörðugleikar og jafnvel dauði
DSP eitrun ( <i>Diarrhetic Shellfish Poisoning</i> )	30 mín.– nokkrar klst.	Á ekki við	Nei	Niðurgangur, uppköst og magaverkir	Nokkrir dagar	Afar sjaldséðir
ASP eitrun ( <i>Amnesic Shellfish Poisoning</i> )	3 klst.–nokkrir dagar	Á ekki við	Nei	Höfuðverkur, svimi, ógleði, niðurgangur, uppköst, magakrampar, minnisleysi	Nokkrir dagar	Minnisleysi og jafnvel dauði
<b>Lifræn amín</b>						
<i>Histamín</i>	Mín.–nokkrar klst.	Á ekki við	Nei	Roði í andliti hálsi og á bringu, höfuðverkur, magaverkur, ógleði, uppköst, bólgnað varir og kláði	Nokkrar klst.	Taugaáfall/lost, truflanir á andardrætti

\* Sjúklingurinn er mest smitandi þegar hann er með einkenni, þ.e. er með uppköst og/eða niðurgang. Flestir bera smitefnið í meltingarveginum um tíma eftir að bata er náð og eru þann tíma einkennalausir berar, smitandi tímabil í töflunni vísar til þess tímabils. Þetta tímabil er nokkuð mismunandi milli meinvalda.