

Billionar av bakteriar

Overalt rundt oss finst det bakteriar. På bussen, på skulen og heime på kjøkkenbenken. Til og med kroppen din kryr av bakteriar!

AV TONJE HAFSÅS / NTB | PUBLISERT 12. MAI 2021 | OPPDATERT 8. NOV. 2021

Vi snakkar ofte om bakteriar som noko farleg. Og vi veit at det er viktig å vaske hendene før vi skal ete, når vi kjem inn utanfrå, og etter at vi har vore på do.

Men sjølv om det finst mange bakteriar som kan gjere oss sjuke, finst det òg mange som er bra for oss. Somme er høvde nødvendige for at kroppane våre skal vere friske.

FORSKAREN: Johanna Ericson Sollid er professor i mikrobiologi og forskar på bakteriar. - Vi bør vere kompis med bakteriane, seier ho. (Foto: Privat)

Ikkje guffent

– I kroppen er det flest bakteriar i tarmen, munnen og luftvegane. Det blir meir og meir bakteriar jo lenger nedover i tarmen ein kjem. På huda har vi òg mange

bakteriar, seier Johanna Ericson Sollid. Ho er professor i mikrobiologi og forskar på bakteriar.

Til saman er det billionar av bakteriar utanpå og inni éin menneskekropp! Guffent? Slett ikkje, seier Johanna.

– Vi treng kvarandre for å leve. Bakteriane treng oss, og vi treng dem. Éin av tinga som er bra med dei gode bakteriar er at dei vernar oss mot vonde bakteriar. Dei gode bakteriane vil nemleg ikkje at andre bakteriar skal få komme til, seier Johanna.

Ho forklarar at bakteriane ikkje hindrar andre bakteriar fordi dei vil vere snille mot oss, men for å overleve sjølv.

Varmt og fuktig

Det er viktig å ha gode bakteriar både utanpå og inni kroppen. Johanna fortel at dei fleste held til inni oss fordi mange bakteriar trivst best der det er varmt og fuktig.

– Utanpå huda er det vanskelegare for bakteriane å bu. Der er det tørt, kledd våre gnir kanskje mot huda, og i tillegg blir huda vår bytt ut heile tida, heilt av seg sjølv.

Nettopp derfor finn vi flest bakteriar i tarmen. Der er det både varmt og masse næring for bakteriane.

– Og derfor er det viktig å vaske hendene etter ein har vore på do. Då kjem desse bakteriane nemleg ut av tarmen, fortel Johanna.

For sjølv om dei hjelper oss inne i tarmen, bør du ikkje få dei same bakteriane inn i til dømes munnen eller auget.

Illustrasjon: Tank.no

Kan gi matforgifting

Ein bakterietype som finst i tarmen, og som kan gjere oss sjuke viss vi svelgjer han, heiter E. coli. Den kan gi deg skikkeleg matforgifting! Likevel har han ein viktig jobb å gjere inne i tarmen vår, seier Johanna.

– Fleire av bakteriane i tarmen hjelper oss å bryte ned maten vi et. Då blir det lettare for kroppen å ta opp viktig næringsstoff. Tillegg produserer E. coli-bakterien vitamin K, som vi ikkje kan produsere sjølve, forklarar ho.

Toler ein vask

Tarmbakteriane får stort sett vere i fred inne i kroppen. Men korleis kan vi vere fulle av andre bakteriar utanpå sjølv o kanskje dusjar fleire gonger i veka?

– Bakteriane kan halde seg veldig, veldig godt fast, seier Johanna.

– Derfor klarer vi ikkje å få bort alle sjølv om vi gnir med såpe og vatn. I tillegg finst det alltid krikar og krokar der vi ikk kjem til når vi vaskar oss. Inni porene og hårsekkene, til dømes, bur det bakteriar som kan komme opp på huden etter har dusja, seier ho.

Bakteriane på huden

Det går an å vaske seg for mykje, fortel Johanna. Viss ein vaskar seg altfor ofte, kan huden i verste fall bli så tørr at ho sprekk opp og får sår.

– Då kan dei bakteriane som bur utanpå huden, flytte inn i kroppen. Slik kan gode bakteriar bli vonde, seier ho.

Akkurat som E. coli-bakteriane kan gi oss matforgifting viss dei er på feil stad, kan bakteriane på huden skape infeksjon viss dei trengjer inn i sår.

Johanna forskar mykje på slike bakteriar, særleg på ein type som heiter gule stafylokokkar. Dette er ein bakterie som mange har heile tida. Han kan halde til utanpå huden, men trivst best i nasen og halsen.

– Viss han kjem inn i eit sår og inn i blodet, kan det vere farleg, seier ho.

– Når nokon skal opererast på sjukehuset, er det derfor svært viktig å ikkje få gule stafylokokkar inn i såret, sjølv om pasienten kan ha dei i nasen eller halsen.

Ho og kollegaene hennar prøver å finne ein måte å fjerne slike bakteriar på, eller lamme dei ei kort stund. Det kan vere svært praktisk når ein skal operere nokon som har gule stafylokokkar i kroppen.

Frykt ikkje!

Sjølv om det går an å bli sjuk av bakteriar, er det heldigvis sjeldan grunn til å vere veldig redd for dei. Den som er flink vaske seg på hendene før maten, blir til dømes sjeldnare sjuk. Kroppen vår er òg flink til å slåst mot dei vonde bakteriar og ofte finst det gode medisinar viss vi ikkje blir friske av oss sjølve.

BAKTERIER OG VIRUS MENNESKEKROPPEN

Meldinger ved utskriftstidspunkt 3. april 2025, kl. 02.27 CEST

Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.