



E. coli O157:H7

☐ E. coli O157:H7 LÀ GÌ?

- ✓ E. coli là vi khuẩn sống trong ruột người và thú vật, đặc biệt trong trâu bò.
- ✓ Có nhiều loại vi khuẩn E. coli. Đa số các vi khuẩn này không nguy hiểm. Tuy nhiên, E. coli O157:H7 có thể gây bệnh trầm trọng ở người.

☐ CÁC TRIỆU CHỨNG

- ✓ Bệnh tiêu chảy thường trở thành tiêu có máu.
- ✓ Đau bụng quặn thắt.
- ✓ Sốt nhẹ hoặc không có sốt.
- ✓ Các triệu chứng xuất hiện từ 1 – 10 ngày sau khi nhiễm, thường 2 -4 ngày.
- ✓ Trong một số trường hợp, E. coli O157:H7 gây một biến chứng làm hư thận được gọi là hội chứng gây suy thận cấp tính, hoặc còn gọi là HUS. Bệnh này thường gặp hơn ở trẻ em và người cao tuổi.

☐ BỆNH NÀY LÂY LAN NHƯ THẾ NÀO?

- ✓ E. coli O157:H7 có thể lây từ trâu bò qua người khi ăn thịt sống hoặc chưa đủ chín, sữa hoặc phô-mai không được khử trùng, nước bị ô nhiễm, và những thực phẩm bị các sản phẩm từ thịt bò sống làm ô nhiễm.
- ✓ E. coli O157:H7 có thể làm ô nhiễm rau quả, nước trái cây không được khử trùng, và nước để bơi lội giải trí.
- ✓ E. coli O157:H7 có thể bị lây qua các thú vật ở các vườn thú dành để vuốt ve hoặc ở nông trại nếu không được rửa tay sạch sẽ.
- ✓ Việc viêm nhiễm E. coli O157:H7 lây lan khi tay, thực phẩm, nước hoặc các đồ vật bị những người khác sờ vào (đồ chơi, viết, v.v.) trở nên ô nhiễm từ phân của một người bị nhiễm bệnh rồi đưa vào miệng của một người khác (chẳng hạn như khi một người bị nhiễm bệnh đã không rửa tay sạch sẽ sau khi dùng nhà vệ sinh).

☐ CHẨN BỆNH VÀ ĐIỀU TRỊ

- ✓ E. coli O157:H7 được chẩn đoán bằng cách thử nghiệm một mẫu phân sử dụng một thử nghiệm đặc biệt mà không phải tất cả các phòng thử nghiệm đều có. Nếu nghi là nhiễm E. coli O157:H7, một bác sĩ phải yêu cầu một cuộc thử cấy phân để tìm vi khuẩn E. coli O157:H7.
- ✓ Điều trị bằng thuốc trụ sinh là điều không nên làm đối với bệnh tiêu chảy do E. coli O157:H7 gây ra và có thể làm bệnh nặng hơn. Đa số người bệnh sẽ đỡ hơn trong vài ngày mà không cần có điều trị đặc biệt.

- ✓ Cũng như đối với bất cứ dạng tiêu chảy nào, điều quan trọng là uống nhiều nước để ngăn ngừa bị mất nước.
- ✓ Đừng dùng các loại thuốc chống tiêu chảy cho bệnh tiêu chảy do E. coli O157:H7 gây ra vì các thuốc này có thể làm bệnh nặng hơn.

☐ PHÒNG NGỪA

- ✓ Thịt bị ô nhiễm trông và ngửi vẫn bình thường vì thế điều quan trọng là phải nấu kỹ lưỡng tất cả các loại thịt, đặc biệt là thịt bò xay (cho đến 160 °F). Thịt đã nấu chín phải có màu xám hoặc nâu toàn bộ (chứ không có màu hồng). Không nên còn ra máu đỏ.
- ✓ Không có nguy cơ bị nhiễm E. coli O157:H7 nếu thịt bò, bao gồm thịt bò xay đã được nấu chín kỹ lưỡng.
- ✓ Nếu quý vị được phục vụ món ăn có thịt còn màu hồng, đặc biệt là bánh "hamburger" hoặc thịt bò xay, trong một nhà hàng, hãy đưa món này lại cho họ nấu chín thêm.
- ✓ Rửa tay kỹ lưỡng bằng xà bông và nước ấm sau khi làm thịt sống, đi nhà vệ sinh hoặc thay tả, và trước khi chuẩn bị thực phẩm hoặc ăn uống.
- ✓ Rửa tất cả dụng cụ và các nơi có tiếp xúc với thịt sống.
- ✓ Chỉ uống sữa và nước trái cây đã khử trùng và chỉ ăn các sản phẩm từ sữa (chẳng hạn như phô-mai) được làm từ sữa đã khử trùng.
- ✓ Rửa (hoặc gọt) trái cây và rau cải kỹ lưỡng.
- ✓ Dạy trẻ em các thói quen tốt về vệ sinh.
 - ✓ Giữ các đứa trẻ bị nhiễm bệnh ra xa những trẻ khác và người cao tuổi và làm theo lời khuyên của bác sĩ về việc trở lại trường hoặc nơi giữ trẻ.

QUAN TRỌNG: Luật của Tiểu Bang Washington quy định các nha y tế công cộng phải hạn chế các hoạt động của những người bị nhiễm E. coli O157:H7 ở một số môi trường nhất định. Những người phụ trách thực phẩm, nhân viên giữ trẻ, trẻ em được gọi ở nơi giữ trẻ và các nhân viên ngành y tế có trực tiếp chăm sóc bệnh nhân không nên thi hành những công tác này cho đến khi họ hết bệnh và được nha y tế công cộng địa phương của họ bảo là họ được an toàn trở lại làm việc.

Báo cáo ngay lập tức tất cả các ca bệnh đến cho Y Tế Công Cộng bằng cách gọi (206) 296-4774.

