



E.大腸菌O157 : H7

□ 它是什麼？

- ✓ E.大腸菌是生活在人畜（特別是牛）大腸中的細菌。
- ✓ E.大腸菌有許多種類，其中大多數是無害的。但是，E.大腸菌O157 : H7 可使人發生嚴重疾病。

□ 症狀

- ✓ 腹瀉，常常帶血；
- ✓ 胃痛性痙攣；
- ✓ 低燒，或不發燒；
- ✓ 被傳染後1~10天內出現症狀，通常是在2~4天內；
- ✓ 在某些情況下，E.大腸菌O157 : H7可導致損壞腎臟的並發症，被稱為溶血尿毒綜合症，或HUS，在兒童和老年人身上更常見。

□ 它是怎樣傳播的？

- ✓ E.大腸菌O157 : H7可通過攝取生肉或未煮熟的肉、未採用巴氏法滅菌的牛奶或奶酪、受污染的水、被生牛肉產品污染的食品等從牛傳播到人身上。
- ✓ E.大腸菌O157 : H7可污染農作物、未採用巴氏法滅菌的果汁、泳池水。
- ✓ 如果在動物園或農場與動物接觸後沒有徹底洗手，可導致E.大腸菌O157 : H7傳播。
- ✓ 如果手、食物、水或者他人觸摸過的物品（玩具、鋼筆等）被受到傳染的人的糞便所污染，而後又進入另一個人的嘴中（比如一個受傳染的人在使用過洗手間後不洗手），會導致E.大腸菌O157 : H7的感染傳播。

□ 診斷與治療

- ✓ 對E.大腸菌O157 : H7的診斷是利用一種特殊的化驗來檢驗糞便樣本，而這種化驗並非所有的實驗室都能夠做。如果懷疑發生E.大腸菌O157 : H7感染，保健專業人員必須要求進行E.大腸菌O157 : H7糞便細菌培養。
- ✓ 建議不要採用抗生素來治療E.大腸菌O157 : H7腹瀉，因為可能使病情加重。大多數人都可以在幾天之內好轉，而無需特別治療。

- ✓ 如同對任何腹瀉一樣，多喝水是很重要的，以免發生脫水（液體流失）。
- ✓ 不要用腹瀉藥物來治療E.大腸菌O157 : H7腹瀉，因為可能使病情加重。

□ 預防

- ✓ 受污染的肉看上去和聞上去並無異樣，所以，所有的肉，特別是牛肉末都必須徹底煮熟（達到華氏160°度），這一點是至關重要的。煮熟的肉應當通體都是灰色或褐色的（而不是粉紅色的），而且不應當有任何血汁。
- ✓ 如果牛肉，包括牛肉末被徹底煮熟，就不會存在E.大腸菌O157 : H7風險。
- ✓ 如果人家在餐館裏端給您的牛肉是粉紅色的，特別是漢堡包或牛肉末，您應當把它退回去作進一步加工。
- ✓ 在處理過生牛肉、用過洗手間、更換過尿布之後和在做飯或吃飯之前，用肥皂和溫水徹底洗手。
- ✓ 在接觸過生肉之後，應當對所有器具和表面進行清潔。
- ✓ 只喝用巴氏法滅菌的牛奶和果汁和用用巴氏法滅菌牛奶製成的奶製品（例如奶酪）。
- ✓ 徹底清潔水果和蔬菜（或將其去皮）。
- ✓ 教會兒童良好的衛生習慣。
- ✓ 將受傳染的兒童與其他兒童和老人隔離開來，是否會學校或幼稚園要聽從保健專業人員的意見。

重要提示：華盛頓州法律要求衛生部門限制E.大腸菌O157 : H7感染者在某些場合的活動。食品加工人員、兒童保育工作者、兒童護理人員、直接負責患者看護的保健人員不得從事本職工作，直到他們病癒，並且接到當地公共衛生部門的通知，認為其返回工作崗位是安全的。

對於所有病例均應立即致電(206)296-4774，向公共衛生部報告。