

沙門氏菌病

□ 它是什麼？

- ✓ 沙門氏菌病是一種感染，由一組叫作沙門氏菌的細菌造成。
- ✓ 沙門氏菌常常是造成腹瀉的原因，但是也可感染身體的其他部位，包括血液、骨頭、關節等。
- ✓ 患嚴重沙門氏菌感染風險較高的人包括幼兒、老人和因疾病或藥物而導致免疫系統低下的任何人。
- ✓ 沙門氏菌可傳染人和許多動物，爬行動物。

□ 症狀

- ✓ 症狀通常在細菌進入口中之後6~72小時後開始出現。
- ✓ 症狀包括：
 - 腹瀉，伴有胃痙攣
 - 發燒
 - 頭疼
 - 嘔吐（偶爾）
 - 脫水，特別是嬰兒和老人
- ✓ 有些人雖然沒有任何症狀，但是仍然能夠傳染他人。

□ 它怎樣傳播？

- ✓ 沙門氏菌生活在人畜的腸道中，通過糞便排出體外。如果被傳染者在用過洗手間之後未能徹底洗手，他們就可以將手上的細菌傳給他人。
- ✓ 沙門氏菌可通過被傳染食品加工者的糞便污染食物、水和牛奶，包括肉產品、未煮熟的家禽和家禽產品、生的或稍微煮過的食物，如蛋和蛋產品、未採用巴氏法滅菌的牛奶和牛奶產品及食物。
- ✓ 沙門氏菌可污染用被污染的炊具或菜板或備料台來加工或備制的食物。

- ✓ 沙門氏菌還可通過與被傳染動物的接觸來傳播，特別是家禽、豬、牛、齧齒動物和寵物，如爬行動物、小雞、小鴨子、龜類、狗、貓等。

□ 診斷與治療

- ✓ 沙門氏菌傳染可通過糞便細菌培養化驗來診斷。
- ✓ 在許多情況下，病情可在5~7天自行好轉，無需特別治療。
- ✓ 對於嚴重感染和嚴重感染風險高的人所發生的感染應當採用抗生素治療。
- ✓ 多喝水，可防止脫水（液體喪失）。

□ 預防

- ✓ 在處理任何食品之前、在處理不同食品之間和在用過洗手間之後，應當用肥皂和溫水洗手。
- ✓ 所有肉類，特別是家禽、豬肉、蛋產品和肉菜均應徹底煮熟。
- ✓ 生肉應當與其他作物、熟食和即食食品分開存放。
- ✓ 在處理過生食物之後，應當徹底清洗手、菜板、備料台、刀和其他器具。每次使用之後都對備料台和炊具進行消毒（1茶匙家用漂白劑兌1加侖水）。不要沖洗，讓其晾乾。漂白溶液應每天調配。
- ✓ 不要吃生的或未煮熟的蛋。
- ✓ 只飲用採用巴氏法滅菌的牛奶。
- ✓ 妥善處理尿布，更換尿布後要洗手。
- ✓ 由於爬行動物特別容易染上沙門氏菌，因此在擺弄爬行動物之後應當立即洗手。
- ✓ 爬行動物（包括烏龜）並非適於幼兒的寵物，不應與嬰兒同處一室。

- ✓ 患有腹瀉的兒童和成人在康復前不應使用公共泳池。

注：腹瀉患者應避免從事食品加工、兒童保育、向易發病患者提供直接的護理等。患有腹瀉的不應去託兒所。

對於所有病例均應立即致電(206)296-4774，
向公共衛生部報告。

