

彎曲桿菌 (CAMPYLOBACTER) 感染

常見問題

什麼是彎曲桿菌感染 (Campylobacteriosis) ?

彎曲桿菌感染是腸道細菌引起的一種感染。進食被彎曲桿菌 (Campylobacter) 污染的食物或水會導致感染。任何人都可能被感染，而且可以不只一次。在三藩市，彎曲桿菌是引起腹瀉的最常見細菌之一。幾乎所有的病例都是獨立的，而不是大規模疾病暴發的一部分。

彎曲桿菌感染的症狀是什麼？

彎曲桿菌感染可能引起中度或重度腹瀉，通常附帶發熱、胃痙攣或便中帶血絲。彎曲桿菌感染也可以引起噁心和嘔吐。有些人完全沒有症狀。疾病一般持續一星期。對於免疫系統較弱的人，疾病可能更嚴重和持續更久。

彎曲桿菌是如何傳播的？

彎曲桿菌通常是通過進食被污染的食物或水而傳播。食物被生雞肉的肉汁污染是常見的感染原因。生的雞肉和其他肉類經常攜帶彎曲桿菌。很多動物包括雞、豬、牛和鳥可以攜帶這種細菌，但不發病。這種感染在發展中的國家也很常見，因此到某些國家旅行的人會有風險。

感染後多久會出現症狀？

症狀一般在彎曲桿菌感染後 2 到 5 天出現，但亦可能在進食被污染的食物或水之後 1 到 10 天發病。

感染者可以攜帶彎曲桿菌多長時間？

一般來說，感染者糞便中排出細菌會持續幾天到幾個星期。有些藥物可以縮短你的感染時間。

感染者需要停止上學/上班或者需要在學校/工作場所隔離嗎？

一般來說不需要。不過，因為細菌在糞便中攜帶，有腹瀉症狀的感染者的糞便應該被認為是有感染性的。**感染者每次使用洗手間之後應該用肥皂和溫水洗手。**被感染的飲食行業工作者、兒童照顧工作者和健康照顧工作者在腹瀉停止之後可以返回工作，但是每次使用洗手間之後一定要認真洗手。為嬰兒換尿布的人在每次換尿布之後一定要認真洗手。

彎曲桿菌感染要怎樣治療？

大多數彎曲桿菌感染可以自愈。生病時喝大量液體可以防止脫水。疾病嚴重時醫生有時給你抗生素，如果在疾病早期給予可以縮短病程。

預防彎曲桿菌感染的小貼士

▶總是假定生的雞肉、牛肉和豬肉已被彎曲桿菌感染。

- 把雞肉和其他肉類包在塑膠袋中，防止肉汁和血水流到其他食物上。
- 雞肉和其他肉類買回後放入冰箱。
- 切過生的雞肉和其他肉類的菜板、檯面和用具使用後馬上清洗，防止污染其他食物。
- 把生的雞肉和其他肉類與熟的雞肉和其他肉類分開，防止交叉污染。
- 烹製雞肉或其他肉類時要達到合適的內部溫度 (肉塊內部不再粉紅，半生熟肉 (Medium) 內部溫度達到 160°F (72°C)，雞胸肉或全熟肉 (Well-Done) 內部溫度達到 170°F (77°C)，雞腿肉內部溫度達到 180°F (82°C))。
- 接觸生的雞肉或其他肉類之後用肥皂和水認真洗手。

▶不吃生的或不全熟的雞蛋。

▶不吃生的或不全熟的肉 (例如雞肉、海鮮、牛肉、豬肉等等)。

▶不吃生的或未經巴氏法消毒的牛奶、奶酪或其他奶製品。

▶不喝未經處理的地表水如湖水或溪水。

▶接觸寵物糞便之後用肥皂和水洗手 (例如清洗寵物籠架或撿拾寵物糞便之後)。

▶做飯之前和之後洗手。

▶監督小孩在吃東西之前洗手。

如果你對這種細菌感染還有更多問題，請聯絡你的醫生、診所或三藩市公共衛生局，號碼是 (415) 554-2830，辦公時間是周一到周五、上午八點到下午五點、公眾假期除外。