

李斯特菌病

李斯特菌病通常是因為食用了被一種名為單核細胞增多性李斯特桿菌污染的食物後而導致的疾病。孕婦和免疫系統功能較弱的人患上李斯特菌病後病情會非常嚴重。使用抗生素可以治療李斯特菌病。

甚麼是李斯特菌病？

李斯特菌病（Listeriosis）是一種罕見的疾病，是吃了被單核細胞增多性李斯特桿菌（*Listeria monocytogenes*）污染的食物後導致的疾病。李斯特菌常見存活於土壤和某些生的食物中。大部分人即使吃了被李斯特菌污染的食物也不會生病。新南威爾士州每年平均約有 20 至 30 例李斯特菌病報告。雖然李斯特菌病比較罕見，但是患者死亡率卻很高。

有些甚麼症狀？

該病的潛伏期（感染至症狀出現的時間）從 3 天至 70 天不等，平均大約為 3 個星期。感染可能導致敗血症（又稱血中毒）和腦膜炎（腦和脊髓膜發炎），也會導致孕婦流產。李斯特菌病的主要症狀包括：發燒和肌肉疼痛，有時也會出現如惡心和腹瀉等腸胃病症狀。較為嚴重的情況下還會出現虛脫和休克。細菌感染擴散至患者的中樞神經系統後會引發包括頭疼、頸脖僵硬、精神錯亂、失去平衡、抽搐和昏迷等症狀。大約三分之一的患者可能死亡。孕婦受感染後會導致流產或死產，也可能導致新生兒被感染。

是如何傳播的？

單核細胞增多性李斯特菌廣泛分佈於自然界，許多種家畜和野生動物都是這種細菌的攜帶者。生的肉類、未經殺菌處理的牛奶、生果和蔬菜都有可能受到這種細菌污染。記錄的資料顯示，與李斯特菌病突然蔓延有關的食品包括：新鮮或受污染的牛奶、軟芝士、預製的涼菜沙律（例如自助沙律吧）、未清洗的生蔬菜和其他諸如肉醬等即食肉製品。感染高危人士如果吃了帶有李斯特菌的食物後會染上李斯特菌病。母親在懷孕期間如果吃了被該細菌污染的食物，新生兒也會患上李斯特菌病。

誰有被傳染的危險？

孕婦、新生兒、老人以及免疫系統功能較弱的人士（例如正在接受癌病治療、使用類固醇或患有艾滋病）。

如何預防？

預防李斯特菌病的措施包括：

- 牛肉、羊肉、豬肉、禽肉或源自動物的食品在食用前必須徹底煮熟；
- 食用生蔬菜和水果之前要清洗乾淨；
- 生的肉食應該單獨儲放，避免與蔬菜、熟菜和即食食品放在一起（避免生肉中的血和其他食物接觸）；
- 用來切生肉和即食食品（如熟食和沙律）的砧板應該分開；
- 避免食用未經殺菌處理的牛奶或以它為原料製成的食品（如軟芝士）；
- 接觸食物前後都要記得洗手；
- 刀具和砧板用來切生食後都要清洗；
- 接觸動物後要洗手；
- 易腐食品應該使用冰箱冰柜冷藏（攝氏 5 度以下）並盡快清洗食用。

李斯特菌病感染高危人士應該避免食用：

- 預先包裝的涼菜沙律；
- 預先切好的水果；
- 預先燒煮的雞肉；
- 肉製品；
- 熟肉食製品；
- 肉醬；
- 生的海鮮；
- 煙燻魚；
- 未經殺菌處理的奶或奶製品；
- 軟芝士，如 brie、camembert、ricotta 或 blue-vein；
- 豆芽（發芽的種子）和生的蘑菇。

如何診斷？

通過血液和其他化驗可以確診李斯特菌病。

如何治療？

治療方式主要是抗生素結合其他輔助治療。如母親在懷孕期間患病，使用抗生素一般都可以防止胎兒或新生兒被感染。但是，即使最及時的治療也難免會有某些患者因病死亡，尤其是老年人以及其他存在嚴重身體健康問題的人士。

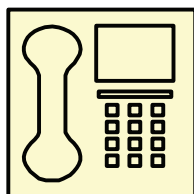
出現這類傳染病時公共衛生部門如何反應？

- 發現李斯特菌病病例後，化驗部門必須通知當地的公共衛生部門。
- 公共衛生部門的工作人員可能安排與醫生或患者（或他們的家人）面談，瞭解造成感染的原因。
- 新南威爾士州食品衛生署（NSW Food Authority）協同新南威爾士州衛生部（NSW Health）負責調查引發李斯特菌病的環境因素。
- 如果你有感染李斯特菌病的危險或是對這種病有疑問，應該與自己的醫護人員或所在地區的公共衛生部門聯絡。

最新資訊和鏈接：

- 懷孕期間
/pubs/2006/having_a_baby.html
- 懷孕與安全飲食
<http://www.foodauthority.nsw.gov.au/consumer/pregnancy.asp>
- FSANZ 李斯特菌病指導
<http://www.foodstandards.gov.au/foodmatters/listeria/index.cfm>
- PHU 產期調查表
/resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_perinatal_questionnaire_pdf.asp
- PHU 非產期調查表
/resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_non-perinatal_questionnaire_pdf.asp

更多資訊 — 新南威爾士州公共衛生部門



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au