

لیستریوسیس Listeriosis

لیستریوسیس چیست؟

لیستریوسیس یک بیماری نادر است که خوردن غذای آلوده شده با یک باکتری به نام لیستریا مونوسیژنوز (Listeria monocytogenes) موجب آن می شود. باکتری لیستریا در خاک و بعضی از غذاهای خام فراوان است. خوردن غذاهایی که حاوی باکتری لیستریا است در بیشتر مردم باعث بیماری نمی شود.

چه کسانی بیشتر در معرض خطر این بیماری هستند؟

زنان باردار، نوزادان، و سالمندانی که دستگاه دفاعی بدنشان ضعیف شده است.

این بیماری تا چه حد رایج است؟

طبق معمول هر سال در ایالت نیو ساوتویلز بین 20 تا 30 مورد بیماری لیستریوسیس گزارش می شود. اگر چه بیماری لیستریوسیس نادر است، ولی میزان مرگ از آن بالا است.

نشانه های بیماری چیست؟

دوره تکامل (بین زمان سرایت تا ظاهر شدن نشانه های بیماری) می تواند متغیر و از سه تا 70 روز باشد ولی بطور میانگین در حدود سه هفته است. عفونت ممکن است باعث سپتی کامیا (septicaemia) (مسمومیت خون)، منانژیت (التهاب غشای مغزو نخاع) و سقط جنین در زنان باردار شود.

نشانه های بیماری عبارتند از: تب، درد عضلات و بعضی مواقع نشانه های بیماری التهاب و پیروسی معده و روده (Gastroenteritis) مانند حالت تهوع و اسهال باشد. در انواع شدید تر آن، نشانه های بیماری همچنین شامل از حال رفتن و شوکه شدن می باشد. اگر عفونت به مرکز دستگاه عصبی سرایت کند، نشانه های بیماری مانند سردرد، خشک شدن گردن، اختلال حواس، از دست دادن تعادل بدن، تشنج و به کوما رفتن ممکن است ظاهر شوند. حدود یک سوم از اینگونه بیماران ممکن است جان بپسارند. این عفونت هنگام بارداری می تواند باعث زایمان زودرس (سقط جنین)، عفونت در نوزاد، و بدنیا آمدن نوزاد مرده شود.

این بیماری چگونه سرایت می کند؟

باکتری لیستریا مونوسیژنوز در سراسر طبیعت فراوان است و عموماً توسط انواع حیوانات چه اهلی و چه وحشی انتقال می یابد. گوشت خام، شیر پاستوریزه نشده، میوه ها و سبزیجات می توانند به این باکتری آلوده شده باشند. شیوع این بیماری مربوط به شیر خام یا آلوده شده، پنیرهای نرم، سالاد های از پیش آماده شده (برای مثال از سالاد فروشی ها)، سبزیجات خام شسته نشده، و گوشت های آماده برای خوردن مانند پاته بوده اند.

مردمی که در خطر هستند می توانند با خوردن غذای آلوده شده به باکتری لیستریا دچار بیماری لیستریوسیس بشوند. نوزادانی که مادرانشان هنگام بارداری غذای آلوده شده خورده باشند، می توانند با بیماری لیستریوسیس به دنیا بیایند.

این بیماری چگونه تشخیص داده شده و درمان می شود؟

تشخیص بیماری لیستریوسیس با یک آزمایش خون یا سایر آزمایش ها می تواند تأیید شود. برای معالجه آن آنتی بیوتیک و درمان های حمایت کننده لازم هستند. هنگامی که عفونت در دوران بارداری اتفاق می افتد، اغلب آنتی بیوتیک می تواند از سرایت بیماری به جنین یا نوزاد جلوگیری کند. حتی با معالجه بی درنگ، بعضی از عفونت ها منجر به جان سپردن بیمار می شود. این به ویژه در سالمندان و اشخاصی که سایر مشکلات پزشکی شدید دارند رخ می دهد.

از این بیماری چگونه پیشگیری می شود؟

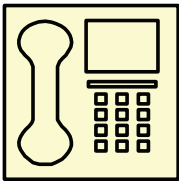
برای پیشگیری از لیستریوسیس:

- غذاهای خامی که منبع حیوانی دارند، مانند گوشت گاو، گوسفند، خوک و گوشت پرندگان را کاملاً بپزید.
- پیش از خوردن سبزیجات و میوه ها ی خام آن ها را کاملاً بشویید
- گوشت خام را از سبزیجات، غذاهای پخته، و غذاهای آماده خوردن جدا نگه دارید (منظور اینست که اجازه ندهید خون گوشت خام، تماس با سایر غذا ها داشته باشد)
- برای خرد کردن گوشت و سایر غذاهای آماده خوردن (برای مثال غذاهای پخته شده و سالادها) از تخته های خرد کردن جداگانه استفاده کنید
- از استفاده شیر پاستوریزه نشده و غذاهایی که از شیر پاستوریزه نشده تهیه شده اند (برای مثال پنیر های نرم) پرهیز کنید
- پیش و پس از آماده کردن غذا دست هایتان را بشویید
- چاقو ها و تخته های خرد کردن را پس استفاده آن ها برای غذاهای نپخته بشویید
- پس از سرو کار داشتن با حیوانات دست های خود را بشویید
- غذاهای فاسد شدنی باید در یخچال سرد (زیر 5 درجه سانتی گراد) نگهداری شوند و هر چه ممکن است زودتر شسته و خورده شوند.

اشخاصی که بیشتر در معرض خطر مبتل شدن به بیماری لیستریوسیس هستند نباید غذاهای زیر را بخورند:

- سالاد های از پیش بسته بندی شده
- میوه های از پیش خرد شده
- مرغ از پیش پخته شده
- گوشت های کمیاب
- گوشت های سرد پروسس شده
- پاته
- غذاهای دریایی خام
- ماهی دودی
- پنیر های نرم مانند بری (brie) ، کاممبرت (camembert) ، ریکوتا (ricotta) ، یا بلووین (blue-vein)
- تخم های جوانه زده و قارچ ها
- بستنی هایی که به شکل شل ارائه می شوند.

اطلاعات بیشتر – واحدهای بهداشت عمومی در نیو سات ویلز



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au