

# ជំងឺលីស្តេរីយ៉ូស៊ីស (Listeriosis)

## Listeriosis

### តើជំងឺ Listeriosis ជាអ្វី ?

ជំងឺ Listeriosis ជាជំងឺកើតឡើងដោយកំរិតបង្កឡើងដោយការបរិភោគអាហារដែលមានបាក់តេរីឈ្មោះ *Listeria monocytogenes* ។ បាក់តេរី *Listeria* មានជាធម្មតានៅក្នុងដី និងអាហារនៅមួយចំនួន។ មនុស្សភាគច្រើនមិនធ្លាក់ខ្លួនឈឺឡើយ បើទុកជាគេបានបរិភោគអាហារដែលមានផ្ទុកបាក់តេរី *Listeria* ក៏ដោយ។

### តើនរណាប្រឈមគ្រោះថ្នាក់ខ្ពស់នៃជំងឺនេះជាងគេ ?

ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ, ទារកទើបកើត, ជនចាស់ជរា និងមនុស្សទាំងឡាយដែលមានប្រព័ន្ធការពាររោគចុះខ្សោយ ។

### តើជំងឺនេះមានលក្ខណៈទូទៅដូចម្តេច ?

តាមធម្មតា មានករណីនៃជំងឺ Listeriosis ចំនួន ២០-៣០ ករណីដែលគេរាយការណ៍ ក្នុងមួយឆ្នាំៗ នៅរដ្ឋ NSW ។ ទោះបីជាការជំងឺ Listeriosis កំរើតមានក៏ដោយ តែជំងឺនេះមានអត្រាស្លាប់ខ្ពស់។

### តើមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ ?

រយៈពេលបង្ករោគ (ចន្លោះពេលឆ្លងនិងពេលចេញរោគសញ្ញា) អាចប្រែប្រួលពី ៣-៧០ ថ្ងៃ ប៉ុន្តែជាមធ្យមប្រហែល ៣ សប្តាហ៍ ។ ការឆ្លងអាចបណ្តាលឲ្យមានមេរោគក្នុងឈាម (ពុលឈាម) រលាកស្រោមខួរក្បាល (រលាកស្រោមខួរក្បាល) និងការរលូតកូនរបស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ។

រោគសញ្ញារួមមាន : ក្តៅខ្លួន, ឈឺសាច់ដុំ និងជួនកាល មានរោគសញ្ញាក្រពះនិងពោះវៀនដូចជាចង្កោរ និងរាក។ ចំពោះប្រភេទធ្ងន់ធ្ងរ រោគសញ្ញារួមមានបញ្ហាលឿងដៃដៃនូវ : ការដួលសន្លប់ និង ការស្តុតភាន់ភាំង (shock) ។ បើសិនមានការឆ្លងរាលដាលដល់ប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទចំបង រោគសញ្ញាអាចរួមមាន : ឈឺក្បាល, រឹងកញ្ជឹងក, រង្វង់រង្វាន់, បាត់បង់ចំណី, ប្រកាច់និងសន្លប់អាចកើតមាន ។ ប្រហែលមួយភាគបីនៃអ្នកជំងឺអាចស្លាប់ ។ ការឆ្លងរោគក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះអាចនាំឲ្យមានការសំរាលកូនមុនពេល (រលូតកូន) ការឆ្លងរោគដល់ទារកទើបកើត និងទារកកើតស្លាប់ ។

### តើរោគនេះឆ្លងរាលដាលយ៉ាងដូចម្តេច ?

មេរោគ *Listeria monocytogenes* មាននៅពាសពេញតាមធម្មជាតិ ដោយជាទូទៅ មាននៅក្នុងខ្លួនពពួកសត្វព្រៃ និងសត្វស្រុកជាច្រើន។ សាច់ឆោ, ទឹកដោះគោដែលមិនបានរំងាប់រោគ, ផ្លែឈើស្រស់និងបន្លែនៅអាចមានផ្ទុកបាក់តេរី។ ការរាតត្បាតនៃជំងឺមានការទាក់ទងជាមួយទឹកដោះគោឆោ ឬមានមេរោគ, ប្រូម៉ាស៊ីស ឬ

សាឡាត់រៀបចំហើយស្រាប់ (ឧទាហរណ៍ សាឡាត់យកមកពីហាង), បន្លែនៅដែលមិនបានលាង និងសាច់ ឆ្អិនស្រាប់ដូចជាប្រាំតេជាដើម។

មនុស្សដែលងាយរងគ្រោះថ្នាក់អាចកើតជម្ងឺ **Listeriosis** តាមរយៈការបរិភោគអាហារដែលមានផ្ទុកបាក់តេរី **Listeria** ។ ទារកអាចកើតមក ដោយមានជម្ងឺ **Listeriosis** បើសិនម្តាយរបស់គេបានបរិភោគ អាហារដែល មានមេរោគនេះ ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ។

**តើគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យនិងព្យាបាលយ៉ាងដូចម្តេច ?**

រោគវិនិច្ឆ័យនៃជម្ងឺ **Listeriosis** អាចបញ្ជាក់តាមរយៈការធ្វើតេស្តឈាមនិងតេស្តផ្សេងទៀត ។ ចំពោះការ ព្យាបាលវិញ តម្រូវឲ្យមានការប្រើថ្នាំអង់ទីប៊ីយ៉ូទិក និងការព្យាបាលគ្មានថ្នាំផ្សេងទៀត។ នៅពេលការឆ្លងមេរោគ បានកើតឡើងក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ ជាញឹកញាប់ អង់ទីប៊ីយ៉ូទិកអាចបង្ការការឆ្លងរោគទៅទារកក្នុងផ្ទៃ ឬ ទារក ទើបកើត ។ ទោះជាមានការប្រឹងប្រែងព្យាបាលឆាប់ទាន់ពេលយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ជួនកាលការឆ្លងរោគខ្លះនៅតែ បណ្តាលឲ្យអ្នកជម្ងឺស្លាប់ ។ ករណីនេះកើតឡើង ជាពិសេស ចំពោះមនុស្សចាស់ជរានិងមនុស្សទាំងឡាយណា ដែលមានជម្ងឺធ្ងន់ធ្ងរ ។

**តើគេបង្ការជម្ងឺយ៉ាងដូចម្តេច ?**

ដើម្បីបង្ការជម្ងឺ **Listeriosis** យើងត្រូវ ៖

- ចំរិនអាហារដែលធ្វើពីសាច់សត្វពាហនៈ ដូចជា គោ ច្រូម ជ្រូក មាន់ទា ឲ្យបានឆ្អិនល្អ
- លាងបន្លែនៅនិងផ្លែឈើស្រស់ឲ្យបានស្អាតល្អមុនបរិភោគ
- រក្សាសាច់នៅដោយឡែកពីបន្លែ, អាហារឆ្អិននិងអាហារបំរុងបរិភោគ (នេះមានន័យថា កុំឲ្យឈាម របស់សាច់នៅទាំងនោះប៉ះប្រឡាក់អាហារផ្សេងៗ) ។
- ប្រើជ្រូញសំរាប់កាប់សាច់នៅផ្សេងពីអាហារដែលបំរុងបរិភោគ ( ឧទាហរណ៍ អាហារឆ្អិននិងសាឡាត់)
- ជៀសវាងបរិភោគទឹកដោះគោដែលមិនបានសំលាប់មេរោគ ឬអាហារធ្វើពីទឹកដោះគោដែលមិនបាន សំលាប់មេរោគ (ឧទាហរណ៍ ប្រាម៉ាស់ទន់)
- លាងដៃរបស់អ្នកមុននិងក្រោយរៀបចំអាហារ
- លាងកាំបិតនិងជ្រូញបន្ទាប់ពីកាប់អាហារនៅ
- អាហារដែលនៅខូចក្នុងក្របខ្សែក្នុងកន្លែងត្រជាក់ (សីតុណ្ហភាពក្រោម ៥ °c) ដូចជាទូទឹកកក ហើយ លាងឲ្យបានស្អាតនិងបរិភោគភ្លាមៗបើអាចធ្វើទៅបាន

មនុស្សដែលប្រឈមនឹងជម្ងឺ **Listeriosis** ខ្លាំងជាងគេ មិនគួរបរិភោគ ៖

- សាឡាត់រៀបចំខ្លួនឯង
- ផ្លែឈើចិត្តទុកស្រាប់
- សាច់មាន់ចំរិនទុកជាមុន
- សាច់មិនស្ងួតឆ្អិន
- សាច់ត្រជាក់ចំរិនស្រាប់
- ប្រាំតេ

- អាហារសមុទ្រនៅ
- ត្រីឆ្អឹង
- ប្រូម៉ាសទែន ដូចជា brie, camembert, ricotta or blue-rein
- គ្រាប់បណ្តុះ និង ឆ្អិតនៅ
- ការងើមទន្សៀង

ព័ត៌មានបន្ថែម - ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ: (Public Health) នៅក្នុងរដ្ឋ NSW



**1300 066 055**

**[www.health.nsw.gov.au](http://www.health.nsw.gov.au)**