전염성 질병 정보지

리스테리아증

리스테리아는 보통 단구성 리스테리아균이라고 알려진 박테리아에 오염된 음식을 섭취하여 생기는 질병입니다. 리스테리아증은 임신부들과 면역체계가 약해진 사람들에게는 심각한 질병입니다. 감염은 항생제로 치료합니다.

리스테리아증이란 무엇인가?

*단구성 리스테리아균*이라 불리는 박테리아에 오염된 음식을 섭취하여 걸리는 희귀 질병을 리스테리아증이라 한다. 토양과 일부 익히지 않은 식품에서 흔히 *리스테리아* 박테리아가 발견된다. *리스테리아* 박테리아를 포함한 식품을 섭취한다 해도 대부분의 사람들은 병에 걸리지 않는다. 일반적으로 뉴 사우스 웨일즈 주에서는 매 년 20 명 내지는 30 명이 리스테리아증에 걸리는 것으로 보고된다. 리스테리아증은 잘 걸리는 질병은 아니지만 치사율이 높다.

어떠한 증상을 보이는가?

잠복기는 (감염에서 증상을 보이기까지) 3 일에서 70 일까지 다양하나 평균적으로 약 3 주이다. 감염으로 인해 패혈증, 수막염 (뇌의 염증) 그리고 임신부들의 경우에는 유산을 초래할 수도 있다. 증상으로는 발열, 근육통이 있고 때로 구토증이나 설사 등의 위장계통의 증상을 보이기도 한다. 증상이 보다 심한 경우에는 쓰러지거나 쇼크상태를 일으키기도 한다. 감염이 중추신경계로 확산되면 두통, 목이 뻣뻣함, 혼란상태, 균형감각 상실, 경련, 혼수상태등의 증상이 나타나기도 한다. 이러한 증상을 보이는 환자들의 약 3 분의 1 은 사망할 수도 있다. 임신중에 감염되면 자연유산, 사산 그리고 신생아의 감염을 초래할 수 있다.

감염 경로는?

단구성 리스테리아균은 자연계 전체에 널리 퍼져 있으며 많은 종류의 가축 및 야생동물들이 흔히 보균하고 있다. 익히지 않은 식육, 파스퇴르 처리가 안된 우유, 날 야채 및 과일이 이 박테리아에 오염되어 있을 수 있다. 지금까지 원유 혹은 오염된 우유, 소프트 치즈, 미리 준비한 샐러드 (예를 들자면 샐러드 바에 진열된), 씻지 않은 날 야채 그리고 파테같이 즉시 먹을 수 있게 준비된 고기제품들이 이 질병의 발발과 연관된 식품들이었다. 감염 위험이 있는 사람들이 *리스테리아* 균으로 오염된 식품을 섭취하면 리스테리아증에 걸릴 수 있다. 산모들이 임신 중에 오염된 식품을 섭취하면 리스테리아증에 걸린 아기를 출산할 수 있다.

어떤 사람이 감염되기 쉬운가?

임신부, 신생아, 노인 그리고 면역체계가 약해진 사람들 (예를 들어 항암치료나 스테로이드제제 치료를 받거나 에이즈에 걸린 사람들)

어떻게 하면 예방할 수 있나?

리스테리아증을 예방하려면 다음과 같이 해야 한다.

- 소고기, 양고기, 돼지고기, 가금류등 동물성 날 식재료는 완전히 익힌다
- 생야채나 과일은 먹기 전에 철저히 씻는다
- 야채, 익힌 음식, 즉시 먹을 수 있게 준비된 식품과 날고기를 별도로 보관한다 (즉 날고기에서 나온 피가 다른 음식에 닿지 않도록 한다)
- 날고기용 칼도마와 바로 먹을 식품 (예를 들어 조리한 음식과 샐러드)용 칼도마를 따로 마련해 쓰도록 한다
- 파스퇴르 처리가 되지 않은 우유나 파스퇴르 처리가 안 된 우유로 만든 식품 (예를 들면 소프트 치즈)를 섭취하지 않는다
- 음식 준비하기 전이나 준비를 하고 난 뒤에 손을 씻는다
- 익히지 않은 음식을 취급한 뒤에는 칼과 도마를 씻는다
- 동물을 만진 뒤에는 손을 씻는다
- 상할 수 있는 음식은 섭씨 5 도 미만의 차가운 냉장고에 보관해야 하고 될 수 있는대로 조속히 씻어서 먹도록 해야 한다.

리스테리아증에 걸릴 위험이 더 큰 사람들은 다음과 같은 음식을 피해야 한다.

- 미리 포장된 샐러드
- 미리 자른 과일
- 미리 조리한 닭고기
- 식육
- 조제 식육
- 파테
- 익히지 않은 해산물
- 훈제 생선
- 파스퇴르 처리가 안된 우유나 유제품
- 브리, 카망베르, 리코타, 블루 베인 등의 소프트 치즈
- 씨앗을 싹틔운 채소나 조리하지 않은 버섯

진단 방법은?

리스테리아증의 진단은 혈액검사나 기타 검사로 확인할 수 있다.

치료 방법은?

치료로는 항생제와 보조요법이 쓰인다. 임신 중에 감염된 경우 종종 항생제를 사용하면 태아나 신생아가 감염되는 것을 예방한다. 즉각 치료를 한다 해도 환자가 결국 사망하는 경우도 있을 수 있는데 특히 노인이나 심각한 다른 의학적 문제를 가진 사람들의 경우에 그러하다.

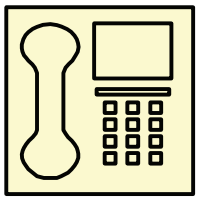
공중 보건당국의 대책은 무엇인가?

- 병리 실험실에서는 리스테리아증이 발병하면 해당 지역의 공중 보건과에 통보해야 한다.
- 공중 보건과 직원들이 해당 의사나 환자 (또는 그 가족)과 면담하여 감염 경로를 조사하려 할 수도 있다.
- 뉴 사우스 웨일즈 주 식품청은 뉴 사우스 웨일즈 주 보건부와 손잡고 리스테리아증의 환경 조사를 실시할 책임이 있다.
- 리스테리아증에 걸릴 위험이 있으며 이에 관해 질문이 있는 사람들은 평상시 자신의 건강을 돌보아 주는 의료인이나 해당지역의 공중 보건과에 연락해야 한다.

업데이트 및 기타 링크들 :

- 출산 /pubs/2006/having_a_baby.html
- 임신 및 식품 안전 http://www.foodauthority.nsw.gov.au/consumer/pregnancy.asp
- FSANZ 리스테리아에 관한 조언 http://www.foodstandards.gov.au/foodmatters/listeria/index.cfm
- PHU 분만 전후인 사람을 위한 조사 양식 /resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_perinatal_questionnaire_pdf.asp
- PHU 분만전후가 아닌 사람을 위한 조사 양식 /resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_non-perinatal_questionnaire_pdf.asp

더 자세한 정보 – 뉴 사우스 웨일즈 주 공중 보건과



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au