

ໂຮກລິສເຕຣີໂອສິສ

Listeriosis

ໂຮກລິສເຕຣີໂອສິສ (Listeriosis) ແມ່ນຫຍັງ?

Listeriosis ແມ່ນການເຈັບປ່ວຍຂຶ້ນທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກການກິນອາຫານເປື້ອນຈາກເຊື້ອແບັກທີເຣຍທີ່ເອີ້ນວ່າ *Listeria monocytogenes*. ເຊື້ອແບັກທີເຣຍ *listeria* ນີ້ມັກມີຢູ່ຕາມດິນ ແລະ ຕາມອາຫານດິບບາງຊະນິດ. ການກິນອາຫານທີ່ມີເຊື້ອແບັກທີເຣຍ *listeria* ບໍ່ເຮັດໃຫ້ເຈັບປ່ວຍໃນກໍລະນີຂອງຄົນສ່ວນຫຼາຍ.

ແມ່ນໃຜມີເປີເຊັນສູງສູງ?

ແມ່ຍິງຖືພາ, ເດັກນ້ອຍເກີດໃໝ່, ຄົນສູງອາຍຸ ແລະ ຄົນທີ່ມີພູມຕ້ານທານຕ່ຳ.

ໂຮກນີ້ເປັນກັນຫຼາຍປານໃດ?

ຕາມເຄີຍເປັນມາກໍຕົກຢູ່ໃນລະຫວ່າງ 20 ຫາ 30 ກໍລະນີຂອງ listeriosis ທີ່ລາຍງານຢ່າງເປັນທາງການໃນລັດ NSW ໃນແຕ່ລະປີ. ເຖິງແມ່ນວ່າໂຮກ listeriosis ຈະບໍ່ຄ່ອຍມີຄົນເປັນ, ແຕ່ວ່າເປີເຊັນການຕາຍຈາກພຍາດນີ້ສູງ.

ມີອາການຫຍັງແດ່?

ລະຍະການໜ້າຕົວ (ລະຫວ່າງຕອນເລີ່ມຕົ້ນເຊື້ອແລະເກີດອາການ) ອາດແຕກຕ່າງກັນໄປຈາກສາມເຖິງ 70 ມື້ ແຕ່ໂດຍສະເລ່ຍແມ່ນປະມານສາມອາທິດ. ການຕິດເຊື້ອອາດເຮັດໃຫ້ເປັນ septicaemia (ເລືອດເປັນພິດ), meningitis (ເຍື່ອຫຸ້ມສອງອັກເສບ) ແລະ ຫຼຸດລູກໃນກໍລະນີຂອງແມ່ຍິງທີ່ຖືພາ.

ອາການຕ່າງໆມີ: ຄີງຮ້ອນ, ເຈັບປວດກ້າມເນື້ອ ແລະ ບາງເທື່ອກໍມີອາການຂອງໄວຮັສລົງໄສ້ເຊັ່ນ ບຸ້ນທ້ອງແລະຖ່າຍທ້ອງ. ໃນກໍລະນີທີ່ຮ້າຍແຮງກວ່າ, ມີອາການອື່ນເຊັ່ນສລົບແລະຊ້ອກຮວມນຳດ້ວຍ. ຖ້າການຕິດເຊື້ອແຜ່ໄປເຖິງລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ, ອາການເຊັ່ນເຈັບຫົວ, ປວດຕົ້ນຄໍ, ຮູ້ສຶກສັບສົນ, ເສັຍດູນຢືນບໍ່ທ່ຽງ, ຊັກ ແລະ ເຂົ້າໂຄມາ ອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້. ປະມານສອງສ່ວນສາມຂອງຄົນເຈັບເຫຼົ່ານັ້ນອາດຕາຍໄດ້. ການຕິດເຊື້ອໃນລະຫວ່າງຖືພາອາດເຮັດໃຫ້ຄອດກ່ອນກຳນົດ (ຫຼຸດລູກ), ເດັກເກີດໃໝ່ຕິດເຊື້ອ, ແລະເດັກຕາຍຕອນຄອດ.

ເຊື້ອໂຣກນີ້ແຜ່ຜ່າຍຢ່າງໃດ?

Listeria monocytogenes ແຜ່ຜ່າຍຕາມທັມມະຊາດ, ໂດຍທົ່ວໄປ ສັດຫຼາຍຊະນິດທັງສັດລ້ຽງ ແລະສັດປ່າຈະມີເຊື້ອນີ້ຢູ່ໃນຕົວ. ຊີ້ນດິບ, ນົມທີ່ຍັງບໍ່ທັນຜ່ານການທຳລາຍເຊື້ອ, ໝາກໄມ້ແລະຜັກ ດິບອາດເປື່ອຍ້ອນເຊື້ອແບັກທີເຣີນີ້. ການຮະບາດຂອງໂຣກນີ້ເຄີຍໄດ້ກ່ຽວຂ້ອງກັບນົມດິບຫຼືນົມ ເປື້ອ, ຊີສຊນິດອ່ອນ, ຍຳສລັດທີ່ປຸງໄວ້ແລ້ວ (ຍົກຕົວຢ່າງ, ຈາກແຜງຂາຍສລັດ), ຜັກດິບທີ່ບໍ່ໄດ້ລ້າງ, ແລະຊີ້ນທີ່ພ້ອມຈະກິນໄດ້ ເຊັ່ນ ປາເຕ.

ຄົນທີ່ມີເປີເຊັນສູງສູງສາມາດຕິດເຊື້ອ *listeriosis* ໂດຍການກິນອາຫານທີ່ເປື່ອຍ້ອນຈາກເຊື້ອແບັກທີເຣີນ *listeria*. ແອນໂອຍອາດຈະເກີດມາມີເຊື້ອ *listeriosis* ໂລດ ຖ້າວ່າແມ່ກິນອາຫານເປື່ອຍ້ອນຖືພາ.

ຈະກວດຫາແລະປິ່ນປົວພຍາດນີ້ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ການກວດຫາ *listeriosis* ອາດໄດ້ຜົນແນ່ນອນດ້ວຍການກວດເລືອດແລະກວດຢ່າງອື່ນໆ. ການປິ່ນປົວແມ່ນໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອ ແລະ ການປິ່ນປົວຊ່ວຍອູ້ມຊູ. ເມື່ອເກີດການຕິດເຊື້ອຂຶ້ນລະຫວ່າງຖືພາ, ສ່ວນຫຼາຍ ຢາຕ້ານເຊື້ອສາມາດປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ເດັກໃນທ້ອງແລະເດັກເກີດໃໝ່ຕິດເຊື້ອ. ເຖິງແມ່ນວ່າ ຈະໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວຢ່າງຮີບດ່ວນທັນທີ, ການຕິດເຊື້ອບາງເທື່ອກໍເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບຕາຍໄດ້. ໂດຍ ສະເພາະໃນກໍລະນີຂອງຄົນສູງອາຍຸ ແລະ ຄົນທີ່ມີບັນຫາເຮືອງສຸຂະພາບທີ່ຮ້າຍແຮງອື່ນໆຢູ່ແລ້ວ.

ຈະປ້ອງກັນໄດ້ຢ່າງໃດ?

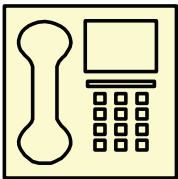
ເພື່ອປ້ອງກັນ *listeriosis*:

- ໃຫ້ຕົ້ມອາຫານດິບຈາກເນື້ອສັດໃຫ້ສຸກດີ, ສັດຕ່າງໆເຊັ່ນງົວ, ແບ້, ໝູ ຫຼື ເປັດໄກ່
- ລ້າງຜັກແລະໝາກໄມ້ດິບໃຫ້ດີ ກ່ອນກິນ
- ໃຫ້ແຍກເກັບຊີ້ນດິບໄວ້ຕ່າງຫາກຈາກຜັກ, ອາຫານສຸກ, ແລະອາຫານທີ່ພ້ອມຈະກິນໄດ້ (ໝາຍຄວາມວ່າ ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ເລືອດຈາກຊີ້ນດິບອອກມາຖືກອາຫານຢ່າງອື່ນ)
- ໃຊ້ຂຽງອັນຕ່າງກັນສຳລັບຊອຍຊີ້ນດິບແລະອາຫານທີ່ພ້ອມຈະກິນໄດ້ (ຕົວຢ່າງ, ອາຫານສຸກ ແລະຍຳສລັດ)
- ໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນບໍ່ກິນນົມທີ່ຍັງບໍ່ຜ່ານການຂ້າເຊື້ອ ຫຼື ອາຫານທີ່ເຮັດຈາກນົມທີ່ຍັງບໍ່ຜ່ານການຂ້າເຊື້ອ (ຕົວຢ່າງ ຊີສ ອ່ອນ)
- ລ້າງມືກ່ອນແລະຫຼັງປຸງແຕ່ງອາຫານ
- ລ້າງມືດ ແລະ ຂຽງ ຫຼັງຈາກຈັບບາຍອາຫານບໍ່ສຸກ
- ລ້າງມືຫຼັງຈາກຈັບບາຍສັດ
- ອາຫານທີ່ບູດເນົ່າງ່າຍຄວນຮັກສາໄວ້ໃນຕູ້ເຢັນ (ຄວາມເຢັນຕໍ່ກວ່າ 5 ອົງສາເຊລຊຽສ) ແລະໃຫ້ລ້າງແລະກິນໂດຍໄວທີ່ສຸດ

ຄົນທີ່ເປີເຊັນສູງສູງຈາກການຕິດ listeriosis ບໍ່ຄວນກິນ:

- ຍ່າສັດທີ່ປຸງທໍ່ແລ້ວ
- ໝາກໄມ້ທີ່ຕັດໄວ້ແລ້ວ
- ໄກ່ທີ່ປຸງສຸກໄວ້ແລ້ວ
- ຊີ້ນສຸກດິບ
- ຊີ້ນເຢັນຈາກຮ້ານເຄື່ອງຢ່ອຍ
- ປາເຕ
- ອາຫານທະເລດິບ
- ປານິມຄວັນ
- ຊີສ ອ່ອນ ເຊັ່ນ brie, camembert, ricotta, ຫຼື blue-vein
- ຖົງອກ ແລະ ເຫັດດິບ
- ໄອສຄຣີມອ່ອນ

ຮາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມ - ຜແນກສາທາຣະນະສຸກແຫ່ງຣັດ NSW



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au