Tờ Thông Tin Bệnh Truyền Nhiễm

Bệnh Vi Khuẩn *Salmonella*

Bệnh vi khuẩn Salmonella do vi khuẩn có tên gọi là Salmonella gây ra. Ở Úc, hầu hết các trường hợp bệnh vi khuẩn Salmonella xảy ra sau khi ăn thức ăn có vi khuẩn hoặc đôi khi do tiếp xúc với người bị bệnh này.

Bệnh vi khuẩn *Salmonella* là gì?

Bệnh vi khuẩn *Salmonella* là bệnh do nhiễm vi khuẩn có tên gọi là *Salmonella*. Ở Úc, hầu hết các trường hợp bệnh vi khuẩn *Salmonella* xảy ra sau khi ăn thức ăn có vi khuẩn hoặc đôi khi sau khi tiếp xúc với người khác bị bệnh này.

Bệnh có những triệu chứng gì?

Người bị bệnh vi khuẩn *Salmonella* thường bị nhức đầu, sốt, co thắt dạ dày, tiêu chảy, buồn nôn và ói. Triệu chứng bệnh thường khởi phát trong vòng từ 6-72 giờ sau khi bị nhiễm vi khuẩn, và kéo dài từ 4-7 ngày, đôi khi lâu hơn nữa.

Bệnh lây lan bằng cách nào?

Vi khuẩn *Salmonella* thường lây lan ở người khi ăn thực phẩm nấu không kỹ từ động vật bị nhiễm vi khuẩn này (tức là thịt, thịt gà, trứng và phó sản của chúng).

Trường hợp 'nhiễm khuẩn chéo' xảy ra khi thức ăn liền bị nhiễm vi khuẩn *Salmonella*: ví dụ như khi thức ăn không nấu nướng thêm được cắt bằng dao đã có vi khuẩn hay qua tay người cầm có dính vi khuẩn bệnh.

Salmonella có thể lây từ người này sang người khác từ tay người có vi khuẩn. Vi khuẩn này cũng có thể lây từ động vật sang con người.

Ai dễ có nguy cơ bị mắc bệnh này?

Bất cứ ai cũng có thể bị bệnh vi khuẩn *Salmonella*. Trẻ sơ sinh, người cao niên và người có hệ miễn dịch suy yếu dễ có nguy cơ bị bệnh trầm trọng hơn.

Cách ngừa bệnh?

Nấu ăn
Thực phẩm được nấu kỹ sẽ giết chết vi khuẩn *Salmonella*. Tránh ăn thịt, thịt gà, hoặc trứng sống hay nấu chưa kỹ. Không nên ăn thịt gà và thịt - chẳng hạn như trong *'hamburger'*, xúc xích và *'rolled roasts'* - ở giữa còn sống, có màu hồng.

Chế biến thực phẩm
Vì vi khuẩn *Salmonella* có thể nằm trên tay, điều quan trọng là phải luôn luôn rửa tay kỹ sau khi tiêu/tiểu và trước khi chế biến thức ăn. Phải rửa tay bằng xà bông và nước trong ít nhất 10 giây, xả sạch và lau thật khô. Đặc biệt chú ý đến những chỗ dưới móng tay và kẽ ngón tay.

Người chế biến thực phẩm nhiễm vi khuẩn có thể làm lây lan một số lượng lớn vi khuẩn *Salmonella*. Người này không nên chế biến hay chia phần thức ăn cho đến khi ngưng tiêu chảy và thử nghiệm phân cho thấy không còn có vi khuẩn *Salmonella* nữa.

Duy trì nhiệt độ
Tồn trữ thực phẩm không đúng qui cách có thể tạo điều kiện cho vi khuẩn *Salmonella* sinh sôi nẩy nở. Thực phẩm phải giữ lạnh nên được lưu giữ ở nhiệt độ dưới 5 độ C. Thức ăn nóng nên được giữ ở nhiệt độ nóng trên 60 độ C. Thức ăn cần hâm lại nên được nhanh chóng đem hâm lại cho đến khi toàn bộ thức ăn này đã nóng bốc khói.

Nên rã đá thực phẩm đông lạnh trong tủ lạnh hay lò vi ba *(microwave)*. Thực phẩm để ở nhiệt độ trong phòng càng lâu, càng có nhiều vi khuẩn *Salmonella* có thể sinh sôi nẩy nở.

Thực phẩm bị dính vi khuẩn
Để ngăn chặn thực phẩm bị dính vi khuẩn:

- cất giữ thực phẩm sống (như thịt) trong đồ chứa đậy kín đặt ở ngăn dưới cùng trong tủ lạnh hay tủ đá để tránh trường hợp chất nước nhỏ xuống hay rớt dính các thực phẩm ăn liền khác. Bao/đậy tất cả thực phẩm trong tủ lạnh và tủ đá lại để tránh bị dính vi khuẩn
- rửa tay ngay sau khi tiêu/tiểu hoặc cầm bốc thực phẩm sống và trước khi đụng vào thực phẩm đã nấu chín hay thực phẩm ăn liền
- dùng thớt, khay, đồ dùng riêng biệt khi chế biến thực phẩm sống và thực phẩm ăn liền. Nếu chỉ có một tấm thớt, rửa kỹ bằng nước xà bông nóng trước khi dùng nó vào việc khác
- rửa thật sạch đất bám vào rau quả và trái cây trước khi chế biến và ăn
- lau khô chén/dĩa bằng khăn lau riêng biệt, không dùng để chùi tay hay lau mặt bàn; thường xuyên giặt khăn lau chén/dĩa

Bệnh được chẩn đoán bằng cách nào?

Để chẩn bệnh này, bác sĩ gia đình hay bệnh viện địa phương sẽ gởi mẫu phân đến phòng thí nghiệm để xét nghiệm tìm vi khuẩn *Salmonella*.

Bệnh được chữa trị như thế nào?

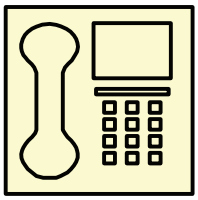
Đa số người bệnh sẽ bình phục sau khi được nghỉ ngơi và uống nhiều nước. Một số người có thể phải nằm viện. Đôi khi cần phải sử dụng thuốc kháng sinh trong những trường hợp bệnh có biến chứng.

Hệ thống y tế công cộng đối phó với bệnh này như thế nào?

Phòng thí nghiệm phải trình báo những trường hợp bệnh vi khuẩn *Salmonella* với Ban Y Tế Công Cộng. Nhân viên Ban Y Tế Công Cộng sẽ điều tra những nhóm bệnh xảy ra để tìm cách xác định mối quan hệ chung. Trong trường hợp tác nhân gây bệnh là thực phẩm thông thường, Cơ Quan Quản Trị Thực Phẩm NSW sẽ xúc tiến điều tra thêm về môi trường và thực hiện những biện pháp kiểm soát. Số liệu thống kê về những trường hợp bệnh được dùng để giúp đề ra những kế sách ngăn ngừa bệnh.

Cơ Quan Quản Trị Thực Phẩm NSW có trách nhiệm thực hiện những kế sách về an toàn thực phẩm với mục đích ngăn ngừa bệnh vi khuẩn *Salmonella* và những bệnh khác do thực phẩm gây ra.

Muốn biết thêm thông tin - Ban Y Tế Công Cộng Tiểu Bang NSW



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au