

弯杆菌病是什么？

弯杆菌病是一种由革兰阴性杆菌引起的细菌性疾病，通过食用未煮熟的家禽或其他肉类、受污染的食物、水或生奶，或与受感染动物接触而传播。在美国，它是最常见的由细菌引起的腹泻疾病。更多的病例未被确诊或未报告，但弯曲杆菌病估计每年影响超过 200 万人。

大多数弯曲杆菌病的病例都与生家禽处理或生吃或未煮熟的禽肉有关。它也可以通过受污染的水或未经高温消毒的牛奶传播。

少量的弯曲杆菌(少于 500 种)会导致人类疾病。即使是生鸡肉的一滴汁液也会感染一个人。这种细菌通常不会在人与人之间传播。

其症状是什么？

大多数患有弯杆菌病的人在接触该细菌后 2 到 5 天内就会腹泻、抽筋、腹痛和发烧。腹泻可能是剧烈的，可能伴有恶心和呕吐。这种病通常持续一周。一些感染弯曲杆菌的人根本没有任何症状。在免疫系统受损的人群中，弯曲杆菌偶尔会扩散到血液中，导致严重的危及生命的感染。

大多数患有弯曲杆菌病的人在 2 到 5 天内能够完全康复，尽管有时恢复可能需要 10 天，但成年人可能会出现长期的疾病和复发。

如何预防弯杆菌病？

以下是一些简单的步骤，可以帮助你预防弯杆菌病：

- 彻底煮熟所有家禽产品。确保肉煮至非(粉红色),肉汁弄干,里面煮到 165° F。
- 如果你所在的餐馆里提供未煮熟的家禽，那就把它送回去做进一步的烹饪。
- 在处理动物类生食之前和之后用肥皂洗手。
- 制作生肉和其他食物要使用分开的砧板。
- 在准备动物类生食后，用肥皂和热水小心清洗所有砧板、台面和用具。
- 避免使用未经高温消毒的牛奶和未经处理的地表水。
- 确保患有腹泻的人，尤其是儿童，用肥皂和温水反复地洗手，以减少传播感染的风险。
- 与宠物粪便接触后，用肥皂和温水洗手。