

TỜ THÔNG TIN SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG

BỆNH NHIỄM KHUẨN SALMONELLA

Massachusetts Department of Public Health, 305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130

Bệnh nhiễm khuẩn salmonella là gì?

Salmonella là vi khuẩn (vi trùng) gây nên bệnh nhiễm khuẩn (được gọi là “bệnh nhiễm khuẩn salmonella”) trong bụng ở người và động vật. Mặc dù bệnh này thường chỉ giới hạn ở vùng bụng và phần lớn những người bị nhiễm không có các biến chứng y khoa nghiêm trọng, vi khuẩn salmonella có thể lây lan đến các hệ thống khác trong cơ thể, như máu và xương. Điều này có thể gây ra các biến chứng nghiêm trọng cho trẻ nhỏ và cho người già hay người bị suy giảm miễn dịch.

Triệu chứng của bệnh này là như thế nào?

Các triệu chứng thường thấy nhất là đau bụng quặn, tiêu chảy, sốt, buồn nôn, và đôi lúc nôn mửa. Có thể mất đến ba ngày mới thấy các triệu chứng, nhưng thông thường các triệu chứng bắt đầu từ 12 đến 36 giờ sau khi vi khuẩn bị nuốt vào. Các triệu chứng thường kéo dài một vài ngày. Một số người bị nhiễm khuẩn salmonella nặng đến nỗi phải nhập viện.

Bệnh nhiễm khuẩn salmonella lây lan như thế nào?

Nuốt vi khuẩn vào mới gây ra bệnh. Thường thì điều này xảy ra khi người nào đó ăn thức ăn bị nhiễm khuẩn hay thức ăn không được xử lý, chuẩn bị hay nấu đúng quy cách. Vi khuẩn cũng có thể lây lan cho người không rửa tay sạch với xà phòng hoặc nước sau khi đi vệ sinh, thay tã, hay đụng chạm các loài bò sát. Người bị lây vi khuẩn ở tay mình có thể lây nhiễm cho chính mình do ăn, hút thuốc, hay chạm vào miệng mình. Họ cũng có thể lây vi khuẩn cho bất cứ người nào hay bất cứ vật gì họ chạm vào, đặc biệt là chạm vào thức ăn, làm cho người khác nhiễm bệnh nếu thức ăn không được nấu chín để diệt khuẩn. Salmonella thường lây từ người này đến người kia ở các trung tâm chăm sóc và các môi trường khác nơi có vệ sinh tồi.

Các loại thức ăn nào có thể dễ làm lây lan vi khuẩn salmonella nhất?

Vi khuẩn salmonella thường có trong thực phẩm không được nấu chín đến từ động vật, như trứng, sản phẩm trứng, thịt, thực phẩm từ thịt, gia cầm, sữa không được khử trùng và các sản phẩm sữa khác không được khử trùng. Tuy nhiên, việc nấu chín và chế biến thức ăn sẽ giết chết vi khuẩn. Salmonella có thể có ở trong bất kỳ loại thức ăn nào nếu vi khuẩn salmonella nhiễm vào thức ăn. Ví dụ, một người chế biến thức ăn bị nhiễm salmonella có thể làm lây nhiễm vi khuẩn trong thức ăn nếu người đó không rửa sạch tay trước khi chế biến thức ăn.

Bệnh nhiễm khuẩn salmonella có thể do động vật lây truyền không?

Có! Vi khuẩn salmonella đã được tìm thấy trong phân (cứt) của người bệnh và hiển nhiên của động vật khỏe mạnh (và thậm chí là phân của người khỏe mạnh). Người ta đã biết các vật nuôi bình thường nhất và các gia súc nuôi ở trang trại, như gia cầm (gà, ngỗng, v.v...), bò, heo, chó, mèo và các loài bò sát (như rùa và cự đà) mang vi khuẩn này. Salmonella cũng được tìm thấy ở các động vật hoang dã. Cho nên, điều quan trọng là quý vị phải rửa tay rất sạch, bằng xà phòng hay nước, sau khi đụng chạm các động vật này.

Làm sao để quý vị biết chắc là mình bị bệnh nhiễm khuẩn salmonella?

Bác sĩ, y tá hay trung tâm sức khỏe của quý vị phải gửi mẫu phân đến phòng xét nghiệm. Sau đó phòng xét nghiệm nuôi giữ vi khuẩn và kiểm tra xem có loại vi khuẩn nào là salmonella không. Mất đến vài ngày để thực hiện xét nghiệm này.

Bệnh này được chữa trị như thế nào?

Thông thường, những người khỏe mạnh có thể khỏi bệnh mà không cần chữa trị. Thuốc kháng sinh được sử dụng để chữa trị nhiễm khuẩn salmonella chỉ đối với những người mà cơ thể họ không thể tự chống lại vi khuẩn, như những em bé, người già và người bị suy giảm miễn dịch. Nếu người khỏe mạnh dùng kháng sinh để trị salmonella, thì vi khuẩn có thể tồn tại trong cơ thể lâu hơn là không dùng kháng sinh. Nếu quý vị cho rằng quý vị có thể mắc bệnh này, quý vị nên đến khám bác sĩ hay trung tâm y tế. Người bị tiêu chảy hay nôn mửa cần nhiều chất lỏng hơn.

Làm thế nào để phòng tránh nhiễm khuẩn salmonella?

Các điều quan trọng nhất cần nhớ là vi khuẩn có thể làm cho quý vị mắc bệnh nếu nuốt vào, và vi khuẩn sẽ bị giết chết bằng cách lau sạch tay với xà-phòng và nước hay nấu chín. Phải thật cẩn thận khi dùng các thực phẩm từ động vật, như trứng, gia cầm, thịt, và các sản phẩm sữa.

Hãy làm theo các lời khuyên dưới đây, nếu quý vị biến các điều này thành thói quen, quý vị có thể ngăn ngừa nhiễm khuẩn salmonella— cũng như các bệnh khác:

- Luôn rửa sạch tay với xà phòng và nước trước khi ăn hay nấu ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi thay tã, và sau khi chạm vào các vật nuôi hay các động vật khác (đặc biệt là các loại bò sát).
- Nhớ là phải nấu chín các thực phẩm đến từ động vật, đặc biệt là gia cầm và trứng. Không ăn trứng sống hay trứng đập, không dùng sữa chưa được tiệt trùng, hay các sản phẩm sữa chưa được tiệt trùng khác.
- Hãy giữ thực phẩm được ăn tươi, như rau quả, khỏi bị ô nhiễm do các thực phẩm chế biến từ động vật. Ví dụ, lau sạch tay, tất cả các dụng cụ và bề mặt bếp núc có tiếp xúc với gia cầm sống trước khi quý vị làm món salad.
- Tránh để cho em bé hay trẻ em nhỏ tuổi tiếp xúc với các loài bò sát, như rùa hay cự đà. Nếu lỡ có tiếp xúc, nhớ rửa sạch tay chúng với xà phòng hay nước.
- Nếu quý vị đang chăm sóc người nào bị tiêu chảy, cọ rửa tay với nhiều xà phòng và nước sau khi lau chùi phòng tắm, giúp ai đó đi vệ sinh, hay thay tã, áo quần hay tất bần.
- Nếu quý vị hay con của quý vị bị tiêu chảy mãi không cầm (có sốt hoặc không sốt), hay nếu chứng tiêu chảy trở nên rất nặng, hãy gọi bác sĩ hay trung tâm y tế để được khuyến nhủ.

Người nhiễm khuẩn salmonella có bị hạn chế gì không?

Có. Bởi vì salmonella là bệnh có thể dễ lây lan cho người khác, luật pháp yêu cầu các nhà cung cấp dịch vụ y tế trình báo các ca nhiễm khuẩn salmonella cho ban y tế địa phương. Để bảo vệ cho cộng đồng, các người làm việc ở các cơ sở kinh doanh thực phẩm bị nhiễm khuẩn salmonella không được đi làm cho đến khi họ không còn bị tiêu chảy và đến khi một cuộc xét nghiệm mẫu phân cho thấy là họ không còn có vi khuẩn salmonella. Người làm việc ở các cơ sở kinh doanh thực phẩm khi bị tiêu chảy và sống với người bị nhiễm khuẩn salmonella cũng phải chứng minh là họ không có salmonella trong phân. Các cơ sở kinh doanh thực phẩm bao gồm nhà hàng, các tiệm bánh, nhà ăn trong bệnh viện, siêu thị, các nơi chế biến thực phẩm. Điều luật này cũng bao gồm các người làm việc trong trường học, trong các chương trình nhà ở, các cơ sở chăm sóc và chăm sóc sức khỏe, lo liệu việc ăn uống và cấp phát thuốc men cho khách hàng.

Tôi có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

- Bác sĩ, y tá hay phòng khám của quý vị
- Ban y tế địa phương của quý vị (được liệt kê trong sổ điện thoại dưới mục chính quyền địa phương của quý vị)
- Sở Y Tế Cộng Đồng Bang Massachusetts (The Massachusetts Department of Public Health)- Ban Dịch Tễ Học và Chủng Ngừa (Massachusetts Department of Public Health Division of Epidemiology and Immunization) ở số (617) 983-6800 hay số miễn phí

1-888-658-2850 hay trang mạng của MDPH ở <http://www.mass.gov/dph>