

# ካምፕሎባክቴሪያሲስ

## ካምፕሎባክቴሪያሲስ ምንድን ነው?

ካምፕሎባክቴሪያሲስ ካምፕሎባክተር በሚባል ባክቴሪያ የሚከሰት ኢንፌክሽን ነው። የአንጀት ክፍል (አንጀት) ላይ ተጽእኖ ያሳድራል እና ተቅማጥ ያስከትላል።

## በካምፕሎባክቴሪያሲስ የሚያዘው ማነው?

ምንም እንኳን ሕፃናት፣ ልጆች እና የበሽታ መከላከል አቅማቸው የተዳከመ ሰዎች ብዙ ጊዜ ለከባድ ሕመም ቢዳረጉም ማንኛውም ሰው ካምፕሎባክቴሪያሲስ ሊያዝ ይችላል። ካምፕሎባክተር በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ በጣም ከተለመዱት የተቅማጥ በሽታ መንስኤዎች አንዱ ነው።

## ካምፕሎባክተር ባክቴሪያዎች እንዴት ይሰራጫሉ?

ባክቴሪያዎቹ በብዛት የሚገኙት በእንስሳትና በአእዋፍ አንጀት ውስጥ ሲሆን እነዚህም ሳይታመም ባክቴሪያውን ይሸከማሉ። ባክቴሪያው ያልተፈጠረ (ጥሬ) ወተት ወይም የተበከለ ውሃ የሚጠጡ ወይም ያልበሰለ ስጋ እና የአካል ክፍሎች በተለይም ዶሮዎችን የሚመገቡ ሰዎችን ሊጎዳ ይችላል። አንድ ጠብታ ጥሬ የዶሮ ጭማቂ በቂ ባክቴሪያ ሊይዝ ይችላል። ሌሎች ምግቦች ሊበከሉ ይችላሉ፣ ለምሳሌ በአግባቡ ካልጸዳ የመቁረጫ ሰሌዳዎች ጋር በመገናኘት። የተበከሉ እንስሳትን ከተንከባከቡ በኋላ እጅን በጥንቃቄ አለመታጠብም ለበሽታ ይዳርጋል።

## ካምፕሎባክቴሪያሲስ ምልክቶች ምንድን ናቸው?

ካምፕሎባክቴሪያሲስ ከቀላል እስከ ከባድ ተቅማጥ ሊያመጣ ይችላል፣ ብዙውን ጊዜ በሰገራ ውስጥ የደም ምልክቶች ይታያል። አብዛኛዎቹ ሰዎች ትኩሳት እና የሆድ ቁርጠት አለባቸው፣ እና አንዳንዶቹ ማቅለሽለሽ እና ማስታወክ ሊኖራቸው ይችላል። በሽታው ብዙውን ጊዜ ለአንድ ሳምንት ያህል ይቆያል። በካምፕሎባክተር የተያዙ አንዳንድ ሰዎች ምንም ምልክት አይታዩባቸውም። በሽታን የመከላከል አቅማቸው በተዳከመ ሰዎች ላይ ባክቴሪያው አልፎ ወደ ደም ውስጥ ሊሰራጭ እና ለሕይወት አስጊ የሆነ ኢንፌክሽን ሊፈጥር ይችላል። አልፎ ካምፕሎባክተር ኢንፌክሽን እንደ አርትራይተስ ወይም እንደ አርትራይተስ ወይም ጊላይን-ባሬ ሲንድሮም የሚባል በሽታን የመሳሰሉ የረዥም ጊዜ ውጤቶችን ያስከትላል፣ ይህም በሰውነት ነርቮች ላይ ተጽዕኖ ያሳድራል እና ከተቅማጥ በሽታ በኋላ ከብዙ ሳምንታት በኋላ ይጀምራል።

## የበሽታው ምልክቶች፣ ለበሽታው ከተጋለጡ ከስንት ጊዜ በኋላ ይታያሉ?

ምልክቶቹ በአጠቃላይ ከተጋለጡ ከሁለት እስከ አምስት ቀናት በኋላ ይታያሉ።

## ካምፕሎባክቴሪያሲስ እንዴት ነው የሚታወቀው?

ካምፕሎባክቴሪያሲስ የሚታወቀው በላብራቶሪ ምርመራ ከሰገራ፣ ከሰውነት ቲሹ ወይም ፈሳሾች ውስጥ ካምፕሎባክተር ባክቴሪያዎችን ሲገኝ ነው።

### የካምፒሎባክቴሪያስ ሕክምና ምንድነው?

አብዛኛዎቹ የካምፒሎባክተር ኢንፌክሽን ያለባቸው ሰዎች ህክምና ሳይደረግላቸው ይድናሉ። ተቅማጥ ያለባቸው ሰዎች ብዙ ፈሳሽ መጠጣት አለባቸው። አንቲባዮቲኮች አንዳንድ ጊዜ በጣም የታመሙትን ወይም ለከባድ በሽታ የተጋለጡትን ለማከም ያገለግላሉ። አንቲባዮቲክስ አስፈላጊ ስለመሆኑ ዶክተርዎ ይወስናል።

### ካምፓይሎባክቴሪያስን እንዴት መከላከል ይቻላል?

- ምግብ ከመያዝዎ በፊት እና በኋላ፣ ከመጸዳጃ ቤት ወይም ዳይፐር ከታጠቡ በኋላ እና እንስሳትን ከያዙ በኋላ እጅን በሰሙና እና በውሃ ይታጠቡ።
- ሁልጊዜ ጥሬ የዶሮ እርባታ፣ የቦሬ ሥጋ እና የአሳማ ሥጋ እንደተበከሉ አድርገው ይያዙ።
- ምግቦችን በፍጥነት ያቀዝቀዙ; በክፍል ሙቀት ውስጥ መያዝን ይቀንሱ።
- ጭማቂዎች በሌሎች ምግቦች ላይ እንዳይንጠባጠቡ በገበያ ላይ ትኩስ ስጋን በፕላስቲክ ከረጢቶች ውስጥ ይሸፍኑ።
- በማቀዝቀዣው ውስጥ ወይም በማይክሮዌቭ ምድጃ ውስጥ "የማቀዝቀዥ ቅንብር" ላይ ምግብን በደህና ያርቁ። በክፍል ሙቀት ውስጥ ምግብን ማቀዝቀዥ የባክቴሪያዎችን እድገት እና የበሽታ አደጋን ያበረታታል። በክፍል ሙቀት ውስጥ ምግብን ማቀዝቀዥ የባክቴሪያዎችን እድገት እና የበሽታ አደጋን ያበረታታል።
- ጥሬ ሥጋን ለማዘጋጀት ጥቅም ላይ የሚውሉ ሳንቃዎች፣ ጠረጴዛዎች እና ዕቃዎች ከተጠቀሙ በኋላ ወዲያውኑ በሰሙና እና በውሃ መታጠብ አለባቸው።
- ምግብን በደንብ ማብሰል። ሁሉም የዶሮ እርባታ በትንሹ እስከ 165 ዲግሪ ፋራናይት የሙቀት መጠን ድረስ መብሰል አለባቸው። እንቁላል እና ማንኛውም ጥሬ እንቁላል የያዙ ምግቦች በደንብ መብሰል አለባቸው።
- ማንኛውም ወተት ወይም ጭማቂ ፓስተር መደረጉን እና ውሃ ከመጠጣትዎ በፊት በትክክል መታከምን ያረጋግጡ።

### በሻይረሱ የተያዘ ሰው ካምፒሎባክተር ባክቴሪያውን ተሸክሞ ምን ያህል መቆየት ይችላል?

ባጠቃላይ፣ ሰዎች በካምፒሎባክተር ከተያዙ በኋላ ባክቴሪያውን በሰገራ (ሰገራ) ውስጥ ከጥቂት ቀናት እስከ ብዙ ሳምንታት ማስተላለፋቸውን ይቀጥላሉ። አንዳንድ አንቲባዮቲኮች ይህንን ተሸካሚ ደረጃ ሊያሳጥሩት ይችላሉ።

### በበሽታው የተያዘ ሰው ከስራ ወይም ከትምህርት ቤት መገለል አለበት?

ተቅማጥ ያለባቸው ሰዎች ከምግብ ጋር ተያያዥ የሆኑ ተግባሮችን፣ ወይም ልጆችን ወይም ታካሚዎችን የመንከባከብ ሥራ መስራት የለባቸውም። ተቅማጥ ያለባቸው ልጆች ወደ ህፃናት እንክብካቤ ወይም ትምህርት ቤት መሄድ የለባቸውም። በጣም የተበከለ ሰዎች ተቅማጥ ካቆሙ ከ24 ሰዓት በኋላ ወደ ስራ ወይም ወደ ትምህርት ቤት ሊመለሱ ይችላሉ። ሽንት ቤት ከገቡ በኋላ እጃቸውን በሰሙና እና በውሃ መታጠብ እና ምግብ ከማዘጋጀት በፊት።

### ስለ ካምፒሎባክቴሪያስ የበለጠ መረጃ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

- ስለ ካምፒሎባክቴሪያስ ስጋት ካለዎት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

- ለአካባቢዎ የጤና መምሪያ ይደውሉ። የአካባቢ ጤና መምሪያዎች ማውጫ እዚህ ይገኛል፡-<http://www.vdh.virginia.gov/LHD/index.htm>።
- የበሽታ መቆጣጠሪያ እና መከላከያ ማእከልን በ<https://www.cdc.gov/campylobacter/> ላይ ይጎብኙ።

ኦገስት 2018