

# Campylobacteriosis

## Ano ang campylobacteriosis?

Ang Campylobacteriosis ay isang impeksiyon na dulot ng bakterya na tinatawag na *Campylobacter*. Nakakaapekto ito sa bituka at nagiging sanhi ng pagtatae.

## Sino ang nakakakuha ng campylobacteriosis?

Kahit sino ay maaaring makakuha ng campylobacteriosis, bagaman ang mga sanggol, bata, at mga taong may mahinang immune system ay mas malamang na magkaroon ng malubhang karamdaman. Ang *Campylobacter* ay isa sa mga pinaka karaniwang sanhi ng sakit na pagtatae sa Estados Unidos.

## Paano kumakalat ang bakteryang *Campylobacter*?

Ang bakterya ay karaniwang matatagpuan sa bituka ng mga hayop at ibon, na nagdadala ng bakterya nang hindi nagkakasakit. Ang bakterya ay maaaring makahawa sa mga taong umiinom ng hindi pa pasteurized (hilaw) na gatas o kontaminadong tubig, o kumakain ng kulang sa luto na mga karne at lamang loob, lalo na ang manok. Ang isang patak lamang ng katas ng hilaw na manok ay maaaring maglaman ng sapat na bakterya upang magdulot ito ng sakit. Ang iba pang mga pagkain ay maaaring kontaminado, halimbawa, mula sa pagkakadikit sa mga sangkalan na hindi nalinis nang maayos. Ang paghawak sa mga nahawaang hayop, nang hindi naghuhugas ng kamay pagkatapos, ay maaari ring humantong sa sakit.

## Ano ang mga sintomas ng campylobacteriosis?

Ang Campylobacteriosis ay maaaring maging sanhi ng banayad hanggang sa matinding pagtatae, kadalasang may mga bakas ito ng dugo sa dumi. Karamihan sa mga tao ay mayroon ding lagnat at pananakit ng tiyan, at ang ilan ay maaaring magkaroon ng pagduduwal at pagsusuka. Ang sakit ay karaniwang tumatagal ng halos isang linggo. Ang ilang mga taong nahawaan ng *Campylobacter* ay walang anumang sintomas. Sa mga taong may mahinang immune system, ang bakterya ay maaaring kumalat paminsan-minsan sa daluyan ng dugo at maging sanhi ng isang impeksiyon na nagbabanta sa buhay. Sa mga bihirang kaso, ang impeksiyon sa *Campylobacter* ay nagreresulta sa mga pangmatagalang epekto, tulad ng arthritis o isang kondisyon na tinatawag na Guillain-Barre' syndrome, na nakakaapekto sa mga ugat ng katawan at nagsisimula ng ilang linggo pagkatapos ng pagtatae.

## Gaano kabilis lalabas ang mga sintomas pagkatapos ng pagkakalantad?

Ang mga sintomas ay karaniwang lumilitaw dalawa hanggang limang araw pagkatapos ng pagkakalantad.

## Paano sinusuri ang campylobacteriosis?

Nasusuri ang Campylobacteriosis kapag nakita sa pagsusuri sa laboratoryo ang *Campylobacter* na bakterya sa dumi, tisiyu ng katawan, o likido.

## Ano ang gamot para sa campylobacteriosis?

Karamihan sa mga taong may impeksyon sa *Campylobacter* ay gagaling nang walang paggamot. Ang mga taong may pagtatae ay dapat uminom ng maraming tubig. Minsan ginagamit ng mga antibiotic upang gamutin ang sakit o ang mga nasa mataas na panganib para sa malubhang sakit. Ang iyong doktor ang magpapasya kung kailangan ang mga antibiotic.

## Paano maiiwasan ang campylobacteriosis?

- Hugasan ang mga kamay gamit ang sabon at tubig bago at pagkatapos humawak ng pagkain, pagkatapos mag banyo at mag at pagkatapos humawak ng mga hayop.
- Palaging ituring ang mga hilaw na manok, karne ng baka at baboy na parang ito ay kontaminado.
- Palamigin kaagad ang mga pagkain; bawasan ang paghawak sa temperatura ng silid.
- Balutin ang sariwang karne sa mga plastik na lalagyan sa palengke para maiwasang tumulo ang katas sa ibang pagkain.
- Ligtas na i-defrost ang pagkain, alinman sa repridyetero o sa microwave oven sa "defrost na setting." Ang pag-defrost ng pagkain sa temperatura ng silid ay nagtataguyod ng paglaki ng bakteryang at panganib ng sakit.
- Ang mga sangkalan, mesa at mga kagamitan na ginagamit para sa paghahanda ng hilaw na karne ay dapat hugasan ng sabon at tubig kaagad pagkatapos gamitin.
- Lutuin ng mabuti ang pagkain. Ang lahat ng manok ay dapat na luto upang maabot ang pinakamababang panloob na temperatura na 165° F. Ang mga itlog at anumang pagkain na naglalaman ng mga hilaw na itlog ay dapat ding lutuin nang mabuti.
- Siguraduhing na-pasteurize ang anumang gatas o juice at nagamot nang maayos ang tubig bago inumin ang mga ito.

## Gaano katagal maaaring dalhin at ibuhos ng isang nahawaang tao ang bakteryang *Campylobacter*?

Sa pangkalahatan, patuloy na ipapasa ng mga tao ang bakteryang sa kanilang dumi sa loob ng ilang araw hanggang ilang linggo pagkatapos mahawaan ng *Campylobacter*. Maaaring paikliin ng ilang partikular na antibiotic ang yugto sa pagdada nito.

## Dapat bang hindi kasama sa trabaho o paaralan ang isang nahawaang tao?

Ang mga taong may pagtatae ay hindi dapat magtrabaho bilang tagahawak ng pagkain, o magbigay ng pangangalaga sa mga bata o pasyente. Ang mga batang may pagtatae ay hindi dapat pumunta sa pangangalaga ng bata o paaralan. Karamihan sa mga taong nahawahan ay maaaring bumalik sa trabaho o paaralan 24 na oras pagkatapos huminto ang pagtatae, sa kondisyon na sila ay maghuhugas ng kanilang mga kamay gamit ang sabon at tubig pagkatapos gumamit ng palikuran at bago maghanda ng pagkain.

## Paano ako makakakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa campylobacteriosis?

- Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa campylobacteriosis, makipag-ugnayan sa iyong tagapangalaga ng kalusugan.

- Tawagan ang iyong lokal na departamento ng kalusugan. Ang isang direktoryo ng mga lokal na departamento ng kalusugan ay matatagpuan sa <http://www.vdh.virginia.gov/LHD/index.htm>.
- Bisitahin ang website ng Centers for Disease Control and Prevention sa <https://www.cdc.gov/campylobacter/>.

Agosto 2018