

الإشريكية القولونية المنتجة لسموم الشيغا (STEC)

ما هي الإشريكية القولونية المنتجة لسموم الشيغا (STEC)؟

الإشريكية القولونية (وتسمى أيضًا *E. coli*) هي بكتيريا تعيش عادة في أمعاء البشر والحيوانات مثل الأبقار. معظم سلالات بكتيريا الإشريكية القولونية لا تسبب المرض. ومع ذلك، فإن السلالات التي تنتج السموم يمكن أن تؤدي إلى المرض. يُشار إلى النوع الأكثر شيوعًا من الإشريكية القولونية المنتجة للسموم باسم الإشريكية القولونية المنتجة لسموم الشيغا (STEC). *E. coli* O157:H7 هو النوع الأكثر شيوعًا من الإشريكية القولونية المنتجة لسموم الشيغا (STEC)، ولكن توجد أنواع أخرى.

من يصاب بالإشريكية القولونية المنتجة لسموم الشيغا (STEC)

يمكن لأي شخص أن يصاب بكتيريا STEC، لكن الأطفال الصغار وكبار السن وأولئك الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة هم أكثر عرضة للإصابة بمرض شديد.

كيف تنتشر عدوى بكتيريا STEC؟

يجب أن تدخل بكتيريا STEC الفم لتسبب العدوى. يقوم الأشخاص والحيوانات المصابة بكتيريا STEC بإخراج البكتيريا في برازهم. يمكن للبراز بعد ذلك أن يلوث الأسطح أو الطعام أو الماء. يمكن أن يصاب الأشخاص بالعدوى عن طريق لمس الأسطح الملوثة، أو انتقال البكتيريا إلى أيديهم ثم وضع أيديهم في أفواههم، أو عن طريق تناول طعام ملوث أو شرب مياه ملوثة. يمكن للمتعاملين مع الأغذية المصابين أن يلوثوا الطعام إذا لم يغسلوا أيديهم بشكل صحيح بعد الذهاب إلى الحمام والتعامل مع الطعام الذي يأكله الآخرون. يمكن أيضًا أن تنتشر البكتيريا في أماكن مثل مراكز رعاية الأطفال، حيث يمكن أن تؤدي الأيدي الملوثة أثناء تغيير الحفاضات إلى انتشار المرض.

ارتبطت بكتيريا STEC بالأشخاص الذين يتناولون منتجات ملوثة، مثل اللحم المفروم غير المطبوخ جيدًا، أو المنتجات النيئة (مثل البراعم، والخس، والسبانخ)، أو العجين الخام أو الخليط، أو شرب الحليب أو العصير غير المبستر (الخام). وقد ارتبطت البكتيريا أيضًا بالأشخاص الذين يسبحون في المياه الملوثة بالبراز. يمكن أن يحدث الانتشار من الحيوان إلى الإنسان عن طريق لمس الأسطح أو الحيوانات الملوثة (على سبيل المثال، في المعارض الزراعية أو حدائق الحيوانات الأليفة أو زيارات المزرعة) ثم وضع اليدين في الفم.

ما هي أعراض عدوى بكتيريا STEC؟

بعض الأشخاص الذين يتعرضون لبكتيريا STEC لا يصابون بالمرض. ويصاب آخرون بتقلصات في المعدة وإسهال دموي. يمكن أن تشمل الأعراض أيضًا القيء والحمى والقشعريرة. في الحالات الشديدة، يمكن للعدوى أن تلحق الضرر بالأعضاء، مثل الكلى.

بعد التعرض للعدوى، متى تظهر الأعراض؟

يمكن أن تظهر الأعراض في أي مكان من يوم إلى عشرة أيام بعد التعرض للعدوى، ولكنها تظهر عادة بعد حوالي ثلاثة إلى أربعة أيام من التعرض للعدوى.

كيف يتم تشخيص عدوى STEC؟

هناك حاجة إلى اختبارات معملية خاصة لعينة البراز للتأكد من إصابة الشخص بعدوى STEC.

ما هو علاج STEC؟

يجب على الأشخاص الذين يعانون من الإسهال شرب الكثير من السوائل للمساعدة في منع الجفاف. يتعافى معظم الأشخاص في غضون أسبوع واحد دون رؤية الطبيب، ولكن من المهم لأي شخص يعاني من الإسهال الدموي أن يطلب الرعاية الطبية. لا ينبغي استخدام المضادات الحيوية أو الأدوية التي توقف الإسهال (مثل إيموديوم).

كيف يمكن الوقاية من عدوى STEC؟

يمكن الوقاية من عدوى STEC عن طريق اتخاذ الاحتياطات التالية:

- لا تأكل أبدًا لحم البقر المفروم غير المطبوخ جيدًا أو النادر.
- قم بطهي اللحم البقري المفروم ولحم الخنزير إلى درجة حرارة داخلية لا تقل عن 160 درجة فهرنهايت.
- افصل اللحوم النيئة عن الأطعمة الجاهزة للأكل.
- اغسل اليدين، والطاولات، والأواني، والأطباق بعد ملامسة اللحوم النيئة.
- قم دائمًا بتبريد منتجات اللحوم.
- لا تترك اللحوم النيئة في درجة حرارة الغرفة أبدًا.
- لا تشرب الحليب أو منتجات الألبان أو عصائر الفاكهة أو عصير التفاح غير المبستر.
- اغسل دائمًا الفواكه أو الخضار النيئة قبل تناولها.
- اغسل يديك جيدًا دائمًا قبل وبعد تحضير الأطعمة.
- اغسل يديك بعد ملامسة الحيوانات وبعد زيارة المزارع وحدائق الحيوانات الأليفة والمعارض الزراعية.
- اغسل يديك دائمًا جيدًا بالصابون والماء الدافئ بعد استخدام المراحيض أو تغيير الحفاضات.
- قم بتنظيف وتطهير مناطق الحفاضات والمراحيض والكراسي النونية والألعاب وما إلى ذلك على الأقل يوميًا وعند اتساخها.
- تأكد من أن الأطفال يغسلون أيديهم بعناية، خاصة بعد استخدام المراحيض أو لمس الحيوانات.
- لا تستخدم مرافق السباحة العامة أثناء الإصابة بالإسهال.
- تجنب ابتلاع الماء من حمام السباحة أو المسطحات المائية الترفيهية الأخرى.

إلى متى يمكن للشخص المصاب أن يحمل عدوى STEC؟

يمكن للشخص المصاب أن ينشر البكتيريا للآخرين طالما بقيت البكتيريا في البراز (عادةً أسبوع واحد، ولكن قد تصل إلى ثلاثة أسابيع عند الأطفال).

هل يجب استبعاد الشخص المصاب من العمل أو المدرسة؟

من الأفضل البقاء في المنزل عند الإصابة بالإسهال. ستقدم إدارة الصحة النصائح بشأن كل موقف يكون فيه الشخص المصاب بعدوى STEC عاملاً في مجال الأغذية، أو عامل رعاية صحية، أو عامل رعاية أطفال،

أو أحد مرافقي رعاية الأطفال. قد لا يُسمح لبعض الأشخاص بالعودة إلى رعاية الأطفال أو العمل حتى تظهر نتيجة سلبية لعينتين من البراز لوجود البكتيريا.

كيف يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات حول STEC؟

- إذا كانت لديك مخاوف بشأن المرض، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- اتصل بإدارة الصحة المحلية لديك. يوجد دليل لإدارات الصحة المحلية في <http://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>.
- تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها على <http://www.cdc.gov/ecoli/>.

سبتمبر 2018