

## داء السلمونيلات

### ما هو داء السلمونيلات؟

داء السلمونيلات هو مرض تسببه بكتيريا تسمى السالمونيلا. وعادة ما يؤثر على الأمعاء ويسبب مرضًا يستمر عدة أيام إلى أسبوع. إذا انتشرت بكتيريا السالمونيلا إلى الدم، يتطور مرض أكثر خطورة.

### من يصاب بداء السلمونيلات؟

يمكن لأي شخص أن يصاب بداء السلمونيلات، ولكن يتم اكتشافه في كثير من الأحيان عند الرضع والأطفال. كبار السن والرضع والذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة هم أكثر عرضة للإصابة بالمرض الشديد.

### كيف تنتشر بكتيريا السالمونيلا؟

يجب ابتلاع السالمونيلا لكي تسبب المرض. يمكن العثور على البكتيريا في براز الحيوانات التي يتم تربيتها من أجل الغذاء (مثل الدواجن والخنازير والأبقار)، والحيوانات التي يتم الاحتفاظ بها كحيوانات أليفة (مثل السحالي والسلاحف والكتاكيت وصغار البط والكلاب والقطط)، والأشخاص المصابين. ويمكن بعد ذلك أن يلوث البراز اللحوم النيئة والدجاج والبيض والحليب غير المبستر ومنتجات الجبن وغيرها من الأطعمة، ويمكن أن يمرض الناس من تناول هذه الأطعمة الملوثة. يمكن للأشخاص المصابين أن ينشروا البكتيريا إذا لم يغسلوا أيديهم جيدًا بعد الذهاب إلى الحمام أو بعد لمس الحيوانات ثم لمس شيء ما (مثل الطعام والألعاب) يضعه أشخاص آخرون في أفواههم.

### ما هي أعراض داء السلمونيلات؟

تشمل أعراض داء السلمونيلات الإسهال (غير الدموي)، وتشنجات البطن، والصداع، والحمى، والقيء في بعض الأحيان.

### بعد التعرض للعدوى، متى تظهر الأعراض؟

تحدث الأعراض عادةً خلال فترة تتراوح من ست ساعات إلى ثلاثة أيام أو أكثر بعد التعرض للعدوى، ولكنها تظهر عادةً خلال 12 إلى 36 ساعة بعد التعرض للعدوى.

### كيف يتم تشخيص داء السلمونيلات؟

يتم تشخيص داء السالمونيلا عن طريق الاختبارات المعملية للبراز.

## ما هو علاج داء السلمونيلات؟

يتعافي معظم الأشخاص المصابين بداء السلمونيلات دون علاج. يجب على الأشخاص الذين يعانون من الإسهال شرب الكثير من السوائل لمنع الجفاف. لا يُنصح عمومًا باستخدام المضادات الحيوية والأدوية المضادة للإسهال في علاج الحالات الخفيفة إلى المتوسطة من المرض. قد يحتاج الأشخاص المصابون بداء السلمونيلات الشديد إلى دخول المستشفى للحصول على السوائل الوريدية والمضادات الحيوية.

## كيف يمكن الوقاية من داء السلمونيلات؟

### نظافة اليد

- اغسل اليدين جيدًا بالصابون والماء الدافئ قبل وبعد إعداد الطعام وبعد استخدام المراض أو تغيير الحفاضات.

### التعامل الآمن مع الأغذية

- قم بتبريد الأطعمة القابلة للتلف على الفور؛ قلل من مدة حفظ الأطعمة في درجة حرارة الغرفة.
- تعامل دائمًا مع منتجات الدواجن ولحم البقر ولحم الخنزير والبيض النيئة كما لو كانت ملوثة.
- قم بتغليف اللحوم الطازجة في أكياس بلاستيكية في السوق لمنع السوائل من التساقط على الأطعمة الأخرى في عربة البقالة.
- تجنب تناول البيض النيئ أو غير المطبوخ جيدًا (أو الأطعمة المصنوعة من البيض النيئ)، والدواجن، واللحوم.
- تجنب شرب الحليب الخام (غير المبستر).
- تأكد من وصول الأطعمة المطبوخة إلى درجة الحرارة الداخلية الصحيحة، خاصة عند استخدام الميكروويف. راجع <https://www.cdc.gov/foodsafety/keep-food-safe.html> للحصول على مزيد من المعلومات.
- اغسل الفواكه والخضروات النيئة قبل تناولها أو تقطيعها.
- قم بتطهير ألواح تقطيع الطعام والطاولات والأواني بعد كل استخدام (ملعقة صغيرة من سائل التبييض المنزلي لكل جالون من الماء فعال - قم بتحضير محلول التبييض طازجًا يوميًا). لا تشطف. دعه يجف في الهواء.

### الاتصال بالحيوانات

- تجنب الكتاكيت وصغار البط والسلاحف والزواحف الأخرى كحيوانات أليفة للأطفال الصغار.
- لا تسمح للأطفال بالتعامل مع أغذية الحيوانات الأليفة أو علاجات الحيوانات الأليفة.
- قم بالإشراف على الأطفال في المزارع وحدائق الحيوانات الأليفة والبيئات الأخرى التي قد يكون فيها اتصال بالماشية (مثل العجول والأغنام والماعز وما إلى ذلك).
- تأكد من قيام الأطفال بغسل أيديهم بعد لمس الحيوانات.

إلى متى يمكن للشخص المصاب أن يحمل بكتيريا السالمونيلا؟

يحمل معظم الأشخاص البكتيريا لعدة أيام إلى عدة أسابيع بعد المرض. تحمل نسبة صغيرة من الأشخاص المصابين البكتيريا لمدة عام أو أكثر.

هل يجب استبعاد الشخص المصاب من العمل أو المدرسة؟

يجب على الأشخاص الذين يعانون من الإسهال ألا يعملوا كمتعاملين مع الطعام، أو يقدموا الرعاية للأطفال أو المرضى. يجب ألا يذهب الأطفال الذين يعانون من الإسهال إلى مراكز رعاية الأطفال أو المدرسة. وقد يعود معظم المصابين إلى العمل أو المدرسة عندما يتوقف الإسهال، بشرط الحرص على غسل أيديهم بعد استخدام المراض. في بعض الحالات، قد يتعين استبعاد الأشخاص المصابون بالسالمونيلا، حتى لو لم يكن لديهم أي أعراض، من البيئات عالية الخطورة حتى لا يكون لديهم السالمونيلا في برازهم. يجب أن تشارك إدارة الصحة المحلية في المناقشات المتعلقة بالوقت الذي يمكن فيه للأشخاص المصابين بالسالمونيلا والذين هم في أماكن عالية المخاطر العودة بأمان إلى تلك الأماكن.

كيف يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات حول داء السلمونيلا؟

- إذا كانت لديك مخاوف بشأن داء السلمونيلا، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- اتصل بإدارة الصحة المحلية لديك. يوجد دليل لإدارات الصحة المحلية في <http://www.vdh.virginia.gov/LHD/index.htm>.
- تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها على <http://www.cdc.gov/salmonella/>.

سبتمبر 2018