



캠필로박터 감염 Campylobacter Infection

캠필로박터란 무엇입니까?

캠필로박터는 장관을 감염시키는 박테리아입니다. 매우 드물게 혈류를 감염시킬 수 있습니다. 이 감염에 의한 질병을 캠필로박터증이라고 합니다.

캠필로박터는 세계적으로 설사의 흔한 원인입니다. 이 질환은 B.C.주에서 가장 흔하게 보고되고 있는 장(장관) 질환입니다.

캠필로박터에 감염되면 어떤 증상이 나타납니까?

캠필로박터 감염은 저절로 호전되므로 일반적으로 치료 없이 자연적으로 회복됩니다. 증상은 다음과 같습니다.

- 경증 내지 중증 설사
- 출혈성 설사
- 메스꺼움
- 위통
- 발열
- 구토

증상은 박테리아에 노출된 후 평균 2~5 일(1~10 일 범위)부터 나타납니다. 증상은 보통 1 주일 미만으로 지속됩니다.

감염되고도 증상이 없을 수 있습니다. 경우에 따라 10 일 이상 증상이 지속될 수 있습니다. 호전되기 시작하다가 증상이 재발할 수도 있습니다. 드물게는 캠필로박터 감염증에 걸린 후 관절염 및 길랭바레 증후군(신경 질환)이 발병할 수도 있습니다.

캠필로박터에 어떻게 감염되게 됩니까?

캠필로박터는 분변-구강 경로를 통해 오염된 분변이 소화기에 들어갈 때 전염됩니다.

캠필로박터는 닭, 소, 돼지, 양, 개, 고양이, 인간을 포함한 많은 동물의 장에 서식합니다. 식용으로 동물을 도살할 경우 동물의 창자에서 나온 박테리아가 고기를 오염시킬 수 있습니다.

일반 감염원으로는 덜 익힌 가금류, 고기, 저온 살균되지 않은 우유, 배설물로 오염된 음식 및 물, 애완동물과 가축 등이 있습니다.

음식 준비 과정에서 오염된 음식은 부엌에 있는 다른 음식이나 표면에 박테리아를 전파할 수 있습니다. 이를 교차오염이라고 합니다. 예를 들어, 도마에서 날고기를 자른 후 세척이나 소독 없이 동일한 도마를 사용하여 야채를 자르는 경우 교차오염이 발생할 수 있습니다.

개울, 강, 호수 또는 얇은 우물물을 적절히 처리하지 않으면 식수로 마시기에 안전하지 않을 수 있습니다. 식수는 인간이나 동물의 배설물로 인해 오염될 수 있습니다.

캠필로박터 감염을 예방하려면 어떻게 해야 합니까?

구매한 식품에 어떤 위험이 있는지 인지하고 안전하게 음식을 조리하는 방법을 아는 것이 중요합니다. 모든 날가금류 또는 육류가 오염되었다고 간주하고 취급 및 준비하십시오. 캠필로박터를 비롯하여 여러 가지 감염을 방지하기 위해 자주 손 씻기 등의 습관을 통해 손 위생을 지키십시오. 설사나 기타 캠필로박터 증상이 있는 경우, 다른 사람을 위해 음식을 취급하거나 준비하지 마십시오.

음식을 안전하게 취급하고 준비하기 위해 다음을 따르십시오.

- 음식을 바로 냉장고에 보관하십시오. 날고기를 잘 싸서 냉장고 선반 아래 칸에 보관하여 피가 다른 음식에 떨어지지 않도록 하십시오.
- 가금류 및 육류는 냉장고, 전자레인지 또는 흐르는 찬물로 해동하십시오. 실온에서 해동하지 마십시오.
- 가금류나 육류를 날 것으로 또는 조리가 덜 된 상태로 먹지 마십시오.
- 가금류 및 육류는 반드시 육류 온도계를 사용하여 잘 익었는지 확인하십시오. 육류용 온도계를 고기의 가장 두꺼운 부분에 넣어 고기의 내부 온도를 측정하십시오. 내부 온도가 다음의 온도까지 올라가야 합니다.
 - 가금류의 최소 내부 온도는 74°C(165°F)입니다.

- 기타 육류의 최소 내부 온도는 71°C(160°F)입니다.
- 날고기와 익히지 않은 다른 음식이 직접 닿지 않도록 하십시오.
- 조리 또는 바비큐를 할 때, 날 것과 익힌 가금류와 육류에 대해 별도의 접시와 식기를 사용하십시오.
- 육류를 다룰 때 별도의 도마를 사용하십시오. 별도의 도마가 없을 경우, 날고기를 자르기 전에 다른 재료들을 모두 자르십시오.
- 도마, 식기, 부엌 카운터, 부엌 싱크대, 수도꼭지 손잡이 등 식기 세척기에 넣을 수 없는 물건은 세척하고 살균합니다. 다음 단계를 따르십시오.
 1. 따뜻한 비눗물로 세척하십시오.
 2. 따뜻한 맹물로 헹구십시오.
 3. 물 1 리터(4¼컵)에 표백제 5ml(1 작은술)를 섞은 순한 표백제로 살균합니다. 순한 표백제에 담그거나 표백제를 표면에 뿌립니다. 박테리아를 박멸을 위해 2분 이상 물에 담가둡니다.

감염 위험을 줄일 수 있는 다양한 방법:

- 비누와 흐르는 온수로 손을 싱크대에서 씻은 후 일회용 수건으로 손을 닦으십시오. 다음과 같은 경우에는 항상 손을 씻으십시오.
 - 식사 전
 - 음식을 취급하기 전
 - 날가금류나 육류를 취급한 직후 다른 것을 만지기 전
 - 화장실을 사용한 후 또는 기저귀를 간 후
 - 애완동물 또는 가축을 만진 후 동물에게 설사 증상이 있는 경우 수의사에게 치료받도록 하십시오.
- 저온 살균되지 않은 달걀 또는 저온 살균되지 않은 달걀로 익히지 않은 음식은 먹지 마십시오.
- 저온 살균되지 않은 우유 또는 주스를 마시지 마십시오.
- 지역사회 상수도에 대해 ‘물 끓여 마시기’ 경보가 내려진 경우 제공된 지침을 반드시 따르십시오.
- 샘, 개울, 강, 호수, 연못 또는 얇은 우물에서 처리되지 않은 지표수를 마시지 마십시오. 이러한 물은 동물 배설물에 오염된 것으로 가정하십시오. 위에 언급된 물을 마시거나 얼음을 만들거나 생과일 및 야채를 씻거나 분유를 제조하거나 이를 닦거나 의치 또는 콘택트렌즈를 세척한다면 반드시 끓이거나 소독한 물을 사용하십시오. 물 소독에 대한

자세한 내용은 [HealthLinkBC File #49b 식수 소독](#)을 참조하십시오.

- 특히 애완동물을 만진 어린이가 엄지손가락을 빨거나 입안에 손을 넣는다면 반드시 먹기 전에 손을 꼼꼼히 자주 씻어야 합니다.

캠필로박터에 감염되면 어떻게 해야 하나요?

캠필로박터에 감염되었다고 판단되면 의료 전문가에게 검사, 조언 및 치료를 받으십시오.

캠필로박터는 인간 또는 동물의 배설물을 통해 전염됩니다. 설사 증상이 있고 대장을 통제할 수 없는 경우 직장이나 학교에 나가지 말아야 합니다.

식품취급자, 의료 종사자 또는 탁아소 근무자는 다른 사람에게 캠필로박터를 옮길 수 있습니다. 설사 또는 구토 증상이 있는 경우 직장에 나가지 마십시오. 설사 또는 구토가 멎고 최소 48 시간이 지나기 전에(또는 현지 보건 당국의 방침에 따라) 직장이나 탁아소로 복귀하지 마십시오. 이로써 타인에게 감염시킬 가능성을 줄이고 증상을 완전히 회복할 수 있습니다.

설사나 구토를 하는 어린이는 다른 어린이와 분리시켜 부모가 아이를 데려올 때까지 격리된 곳에서 보살펴야 합니다. 탁아소 아동들은 손을 제대로 씻을 수 있도록 손을 씻을 때 성인의 감독이 필요합니다.

캠필로박터 감염은 어떻게 진단하고 치료하나요?

캠필로박터 감염은 대변(배변) 시료 검사를 통해 진단할 수 있습니다.

캠필로박터 감염을 치료하기 위해 종종 항생제가 사용됩니다. 의료 전문가가 치료의 필요성 여부를 결정할 수 있습니다. 캠필로박터 환자는 설사로 인한 탈수를 방지하기 위해 수분을 섭취하도록 권장됩니다.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority