

یرسینیوزیس Yersiniosis

مراقبت‌های بهداشتی خود را بررسی کنید.

چگونه می‌توان از یرسینیوزیس پیشگیری کرد؟

- همیشه بعد از استفاده از دستشویی، و قبل از غذا خوردن یا آماده کردن و دست زدن به غذا، به ویژه غذاهای آماده، دست‌های خود را به درستی بشویید.
- دست‌های کودکان را بعد از استفاده از دستشویی و قبل از اینکه غذا بخورند، بشویید
- پس از لمس کردن حیوانات یا اسباب‌بازی‌هایی که حیوانات از آنها در خانه یا باغ حیوانات اهلی استفاده می‌کنند، دست‌های خود و فرزندان را بشویید.
- گوشت خام را همیشه در پایین‌ترین قفسه یخچال و در یک ظرف سرپوشیده نگهداری کنید تا از چکه کردن شیرابه گوشت خام و آلوده شدن سایر غذاها جلوگیری شود.
- تخته‌ها، سطوح و ظروف برش برای برش گوشت خام را همیشه بلافاصله پس از آماده کردن غذا و قبل از قرار دادن غذاهای آماده روی آنها بشویید و ضدعفونی کنید.
- تمام غذاهای تهیه شده از منابع حیوانی به ویژه گوشت خوک را کاملاً بپزید. برای بررسی اینکه غذا به دمای داخلی 74 درجه سانتیگراد (165.2 درجه فارنهایت) رسیده است، از یک دماسنج استفاده کنید.
- فقط از شیر و فرآورده‌های شیری پاستوریزه استفاده کنید
- به افرادی که به مواد غذایی دست می‌زنند و غذا را تهیه می‌کنند ایمنی مواد غذایی را آموزش دهید
- آشپزخانه را تمیز نگه دارید
- از مواد غذایی در برابر جوندگان محافظت کنید

یرسینیوزیس چیست؟

یرسینیوزیس (Yersiniosis) یک عفونت روده‌ای است که توسط یک باکتری به نام یرسینیا (*Yersinia*) ایجاد می‌شود.

یرسینیوزیس چگونه سرایت می‌کند؟

باکتری یرسینیا قابل حمل در معده یا مجرای روده‌ای افراد و حیوانات از جمله حیوانات اهلی و وحشی است. هم افراد و هم حیوانات ممکن است حامل این باکتری باشند و همچنان سالم به نظر برسند. حوضچه‌ها و نهرها نیز ممکن است توسط این باکتری‌ها آلوده شوند.

شما ممکن است با خوردن غذا یا نوشیدن آب آلوده به باکتری یرسینیا به یرسینیوزیس مبتلا شوید. شیوع یرسینیوزیس را با آب تصفیه‌نشده، گوشت خوک آلوده و شیر غیر پاستوریزه مرتبط دانسته‌اند.

هنگامی که از تخته یا ظروف برش برای برش گوشت خام به ویژه گوشت خوک استفاده می‌شود، باکتری یرسینیا می‌تواند به سایر غذاها نیز سرایت داده شود. اگر این ظروف پس از استفاده به درستی تمیز و ضدعفونی نشوند، در صورت استفاده از همین تخته یا ظروف برش، باکتری می‌تواند به سایر غذاها سرایت کند.

حیوانات خانگی و سایر حیوانات اهلی مانند حیوانات موجود در باغ‌های حیوانات خانگی می‌توانند حامل باکتری یرسینیا باشند و آن را شیوع دهند. پس از دست زدن به حیوان آلوده، افراد، به ویژه کودکان خردسال، به راحتی با قرار دادن دست‌ها یا انگشتان خود در درون یا نزدیک دهان خود، آلوده می‌شوند.

علائم چه هستند؟

علائم معمولاً 3 تا 7 روز پس از ابتلای شما به عفونت ظاهر می‌شوند. علائم شامل درد شکمی، تب و اسهال هستند. اسهال خونی ممکن است در کودکان رخ دهد.

در برخی موارد درد شکمی شدید است و یرسینیوزیس ممکن است به اشتباه آپاندیسیت تشخیص داده شود. اگر انقباض شکمی شدید یا اسهال شدید دارید، به ارائه‌دهنده

راه درمان پرسینویزیس چیست؟

اگر مبتلا به پرسینویزیس هستید، ممکن است ارائه دهنده مراقبت‌های درمانی به شما آنتی‌بیوتیک بدهد، اما گاهی اوقات این بیماری بدون درمان رها می‌شود تا دوره خود را طی کند. به یاد داشته باشید، باکتری‌ها هنوز در بدن شما هستند و شما می‌توانید همزمان با مصرف آنتی‌بیوتیک، این بیماری را به دیگران منتقل کنید. تا 48 ساعت پس از پایان علائم خود، به غذای دیگران دست نزنید یا برای دیگران غذا تهیه نکنید.

برای جایگزینی مایعات بدن، مقدار زیادی مایعات (که ممکن است شامل نوشیدنی‌های حاوی الکترولیت باشند) بنوشید. کم‌آبی بدن زمانی رخ می‌دهد که مایعات زیادی را از طریق اسهال از دست می‌دهید و کم‌آبی یکی از دلایل اصلی بستری شدن در بیمارستان است.

در طول شیوع بیماری چه اتفاقی می‌افتد؟

اگر شیوع پرسینویزیس در جامعه شما وجود داشته باشد، مقامات بهداشت عمومی محلی برای یافتن علت آن تحقیق خواهند کرد. اگر شما مبتلا به عفونت شده‌اید، مقامات بهداشت عمومی محلی شما ممکن است سوالاتی از شما بپرسند. همچنین ممکن است از شما بخواهند که نمونه

مدفوع خود را ارائه دهید. این کار به یافتن منبع عفونت و جلوگیری از سرایت آن به دیگران کمک می‌کند.

اطلاعات بیشتر

برای کسب اطلاعات بیشتر به منابع HealthLinkBC زیر رجوع کنید:

- [HealthLinkBC File #03](#) شیر یاستوریزه و شیر خام
- [HealthLinkBC File #59a](#) ایمنی مواد غذایی: شیوه‌های آسان برای سالم نگاه داشتن غذا
- [HealthLinkBC File #61a](#) نقش حیوان‌های خانگی در بیماری انسان
- [HealthLinkBC File #61b](#) دیدار از باغ حیوانات خانگی و مزرعه‌ی باز
- [HealthLinkBC File #85](#) شستن دست‌ها: به جلوگیری از شیوع آلودگی‌ها کمک کنید



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority